

VOCÊ É O SEU MÉDICO
coleção



Remédios Caseiros Aprovados

Mais de
500
receitas
para todos
os fins



Controle e Supervisão
Dr. Osmar C. Cavalcante

*Organizado pela equipe das Revistas do
Grupo Casquetel, com a colaboração dos
leitores.*

*Controle e Supervisão
Dr. Osmar C. Cavalcante*

Remédios Caseiros Aprovados



Um livro EDIOURO é incomparável!!

*Fazemos tudo que é possível para oferecer livros de mais
alta qualidade.*

*Nosso papel é de primeira. A composição eletrônica e
computadorizada garante letras sem defeito e um
acabamento perfeito. O sistema de encadernação é o
moderno método de "perfect-binding".*

*Tudo este esforço é recompensado: só oferecemos livros de
alto padrão por um preço mínimo.*

• • •

Remédios Caseiros Aprovados



Notes:

O leitor poderá encontrar no final do livro o resumo
 das deliberações da Assembleia Geral, das quais foi possível a
 elaboração do presente relatório. As receitas —
 provenientes da venda da edição original dos
 "Fundamentos" por exemplo, — e o Índice Retratado que
 se encontra no presente relatório, conduzirão o interessado
 ao assunto que procura.



RE THREATS PROSECUTION

© Direitos Reservados
Grupo Editorial, com a colaboração dos
autores.

Dr. Osmar C. Camargo
Control e Supervisão

As nossas edições reproduzem
integralmente os textos originais

Aprovados Remédios Caseiros

ISBN 85-00-70095-5



Grupo Edicouro
EDITORA TECNOPRINT S.A.

O homem sempre esteve profundamente relacionado com a terra vegetal. Desde a Pré-História sabemos que já se fazia uso dos vegetais e raízes na alimentação. A História prova, também, que antes do advento da Medicina como ciência, as plantas eram usadas sob as mais diversas formas, como o meio de tratamento para muitos males.

Hoje em dia, numa espécie de volta ao passado, há uma tendência cada vez maior para se revalorizar a cura através da Fitoterapia, que não apresenta os inconvenientes de grande parte dos medicamentos oferecidos pela medicina acadêmica.

Quase todos nós fomos beneficiados na infância por um ou outro desses remédios caseiros, quando pudemos constatar a sua eficácia. Remédios

simples, de baixo custo — de origem natural — esse conhecimento nos



importantes. Mas podemos afirmar que o conhecimento se perpetuou através da tradição oral, mantida ao longo dos séculos.

Todas as povos têm sua medicina folclórica, que abrange não apenas o uso de ervas medicinais, mas também outros recursos, um curioso e complexo sistema de conhecimentos. Outros reconhecem

Nota

Por isso, a Medicina vai cada vez mais

O leitor poderá encontrar no final do livro a relação dos colaboradores, graças aos quais foi possível a elaboração deste interessante livro. As receitas — respeitadas a redação e a apresentação original dos colaboradores — foram agrupadas por assunto incluindo-se um Índice Remissivo que automaticamente conduzirá o interessado ao assunto que procura

Notes:

Impresso no Brasil pelo

Impresso no Brasil pelo
Sistema Cameron da Divisão Gráfica da
DISTRIBUIDORA RECORD DE SERVIÇOS DE IMPRENSA S.A.
Rua Argentina 171 — 20921 Rio de Janeiro, RJ — Tel.: 580-3668
Com filmes e papel fornecidos pelo Editor.

Organizado por
Grupo Codustel, com a colaboração dos
leitores.

Control e Supervisão
Dr. Genaro C. Casanova

As nossas edições reproduzem
integralmente os textos originais

Remédios Caseiros Aprovados

ISBN 85-00-70095-5



Grupo Edicouro
EDITORA TECNOPRINT S.A.

...a medicina popular, relacionada com o povo brasileiro. Desde a Pré-História, o homem usou de plantas e animais para a cura de males. A medicina popular, portanto, que antes do século XVI era considerada como ciência, na época da colonização tornou-se mais uma forma de conhecimento sobre os males da população, como o caso da medicina popular indígena, como o caso da medicina popular africana.



...a medicina popular, uma espécie de volta ao passado, que reconhece cada vez mais a importância da cura através da medicina popular, que não apresenta os mesmos problemas da grande parte dos medicamentos, que é conhecida pela sua eficácia e segurança.

império. Mas podemos afirmar que o conhecimento se perpetua através da tradição oral, mantida ao longo dos séculos.

Todas as povos têm sua medicina folclórica, que abrange não apenas o uso de ervas medicinais, mas também outros recursos, uma curiosidade simpática, outros conhecimentos tradicionais.

Nota:

...a medicina popular, uma espécie de volta ao passado, que reconhece cada vez mais a importância da cura através da medicina popular, que não apresenta os mesmos problemas da grande parte dos medicamentos, que é conhecida pela sua eficácia e segurança.

Por isso, a Medicina vai cada vez mais...

O leitor poderá encontrar no final do livro a relação dos colaboradores, graças aos quais foi possível a elaboração deste interessante livro. As receitas — respeitadas a redação e a apresentação original dos colaboradores — foram agrupadas por assunto, incluindo-se um Índice Remissivo que automaticamente conduzirá o interessado ao assunto que procura.

HISTÓRIA DO MEDICAMENTO DE SERVIÇOS DE SAÚDE...
...a medicina popular, uma espécie de volta ao passado, que reconhece cada vez mais a importância da cura através da medicina popular, que não apresenta os mesmos problemas da grande parte dos medicamentos, que é conhecida pela sua eficácia e segurança.

Prefácio



importa. Mas podemos afirmar que o conhecimento se perpetuou através da tradição oral, mantida ao longo dos séculos.

Todos os povos têm sua medicina folclórica, que abrange não apenas o uso de ervas medicinais, mas também outros recursos, uns curiosos e mesmo simplórios, outros reconhecidamente lógicos, nacionais.

Por isso, a Medicina vai cada vez mais se valendo das qualidades curativas da flora. No Brasil, o Conselho Nacional de Pesquisas vem incentivando estudos e experiências nesse sentido. Grandes quantidades das mais variadas espécies botânicas são constantemente exportadas do Brasil para os laboratórios europeus e americanos. Na França, o Instituto de Química das Substâncias Naturais (ICSN), em Gif-sur-Yvette, do Centro Nacional da Pesquisa Científica, vem efetuando pesquisas intensivas sobre

o homem sempre esteve profundamente relacionado com o reino vegetal. Desde a Pré-História, sabe-se que já se fazia uso dos vegetais e raízes na alimentação. A advenço da Medicina como ciência, as plantas eram usadas sob as mais diversas formas, como o meio de tratamento para muitos males.

Hoje em dia, numa espécie de volta ao passado, há uma tendência cada vez maior para se revalorizar a cura através da Fitoterapia, que não apresenta os inconvenientes de grande parte dos medicamentos oferecidos pela medicina acadêmica.

Quase todos nós fomos beneficiados na infância por um ou outro desses remédios caseiros, quando pudemos constatar a sua eficácia. Remédios simples, de baixo custo — às vezes gratuitos — cujo conhecimento nos veio, frequentemente, de épocas distantes; medicamentos que muitas vezes temos à disposição no quintal, no jardim, num vaso ou numa latinha, na forma da erva benzazeja plantada em boa hora; remédio que não nos custa dinheiro, nem causa, tampouco, qualquer dano ao nosso organismo. Não sabemos ao certo como foram descobertas as propriedades medicinais da maioria das plantas. Instinto? Intuição? Experiência? Não

Prefácio

O homem sempre esteve profundamente relacionado com o reino vegetal. Desde a Pré-História, supõe-se que já se fazia uso dos vegetais e raízes na alimentação. A História prova, também, que antes do advento da Medicina como ciência, as plantas eram usadas sob as mais diversas formas, como o meio de tratamento para muitos males.

Hoje em dia, numa espécie de volta ao passado, há uma tendência cada vez maior para se revalorizar a cura através da Fisioterapia, que não apresenta os inconvenientes de grande parte dos medicamentos oferecidos pela medicina acadêmica.

Quase todos nós fomos beneficiados na infância por um ou outro desses remédios caseiros, quando pudemos constatar a sua eficácia. Remédios simples, de baixo custo — às vezes gratuitos — cujo conhecimento nos veio, freqüentemente, de épocas distantes; medicamentos que muitas vezes temos à disposição no quintal, no jardim, num vaso ou numa latinha, na forma da erva benfazeja plantada em boa hora; remédio que não nos custa dinheiro, nem causa, tampouco, qualquer dano ao nosso organismo.

Não sabemos ao certo como foram descobertas as propriedades medicinais da maioria das plantas. Instinto? Intuição? Experiência? Não



importa. Mas podemos afirmar que o conhecimento se perpetuou através da tradição oral, mantida ao longo dos séculos.

Todos os povos têm sua medicina folclórica, que abrange não apenas o uso de ervas medicinais, mas também outros recursos, uns curiosos e mesmo simplórios, outros reconhecidamente lógicos, racionais.

Por isso, a Medicina vai cada vez mais se valendo das qualidades curativas da flora. No Brasil, o Conselho Nacional de Pesquisas vem incentivando estudos e experiências nesse sentido. Grandes quantidades das mais variadas espécies botânicas são constantemente exportadas do Brasil para os laboratórios europeus e americanos. Na França, o Instituto de Química das Substâncias Naturais (ICSN), em Gif-sur-Yvette, do Centro Nacional da Pesquisa Científica, vem efetuando pesquisas intensivas sobre

diversas espécies vegetais, encaminhadas por pessoas de várias partes do mundo, especialistas na busca de plantas medicinais.

Reunimos centenas de receitas populares num livro que, temos certeza, será de grande utilidade para todos. Não nos restringimos às indicações de remédios exclusivamente vegetais, mas incluímos considerável número de pequenos e curiosos recursos, "achados" verdadeiramente providenciais para probleminhas da nossa vida cotidiana. São meios aplicados pelo povo, há várias gerações, não raro de maneira

empírica mas que, analisados criteriosamente, revelam fundamentos bem racionais.

Este livro é o resultado de três anos de pesquisa, coleta, análise e seleção de informações recebidas de todas as regiões do país — todas elas já divulgadas em nossas revistas — e agora reunidas neste volume, com a relação dos leitores que as enviaram.

Queremos, com isso, contribuir para o bem-estar de muitas pessoas, particularmente onde e quando se tornar difícil, ou mesmo impossível, um bom atendimento médico.

Índice Remissivo

Atenção: Os números constantes nos parênteses referem-se aos verbetes, e não às páginas onde estão inseridos.

A

Abelha, picada de (417)
Abelha, picada de marimbondo ou de (423)
Abelha, picada de — ou vespa (418)
Abscessos em geral (1)
Abscessos nas gengivas (2)
Acidentes com anzol (3)
Acidez na boca (4)
Acidez no estômago (5)
Acidez no estômago e úlcera (6)
Ácido úrico (7)
Aerofagia (gases) (269)
Afeção do couro cabeludo (pelada) (8)
Afeções da boca (9)
Afeções das vias respiratórias (10)
Afonía (11)
Aftas (12)
Aftas ou feridas na boca (13)
Aftas ou sapinho (14)
Água no ouvido (15)
Água viva, queimaduras causadas por (446)
Alcoolismo (16)
Alergia (17)
Alergia, espíritos causados por (224)
Alergia ou asma (35)
Alergia ou erupções (214)
Alergias da pele ou coccia (105)
Amebíase (18)
Amígdalas inchadas (19)
Amígdalas inflamadas (20)
Anel, para retirar um — apertado do dedo já inchado (395)
Anemia (21)
Anemia, raquitismo ou debilidade geral (144)

Angina (22)
Angina ou estomatite (23)
Angina pectoris (24)
Angústia, estafa ou ansiedade (225)
Animais, fermentos em (248)
Ânsia de vômito (25)
Ansiedade, estafa ou angústia (225)
Anzol, acidentes com (3)
Apendicite (26)
Apetite, falta de (23)
Aranha, picada de (419)
Ardência na boca causada por pimenta (27)
Arranhões, cortes ou fermentos (134)
Arranhões ou feridas superficiais (28)
Arteriosclerose (29)
Arteriosclerose ou hipertensão (295)
Articulações, dores nas (181)
Articulações endurecidas ou doloridas (30)
Artrite (31)
Artrite ou inchações (32)
Asfixia causada por fumaça (33)
Asfixia ou convulsões causada por vermes (124)
Asma (34)
Asma, ataques de (40)
Asma de natureza alérgica (35)
Asma ou bronquite (36)
Asma ou bronquite, com dispnéia (57)
Asma ou catarro (37)
Assaduras (38)
Assaduras do bebê (39)
Ataques de asma (40)
Axilas, mau odor das (350)
Axilas, suor fétido nas — ou nos pés (489)
Azia (41)
Azia, enjôo ou náuseas (199)

Azia, má digestão, prisão de ventre ou
dispepsia (42)
Azia ou úlceras (43)

B

Bagre, ferroadade (253)
Barba, pêlo de — encurvado (404)
Barbear, estancar o sangue ao (227)
Barriga, dor de (168)
Barriga inchada (44)
Bebê, assaduras do (39)
Bebê, crosta na cabeça do (142)
Bebê que não gosta de leite (45)
Bebês, calmante para (75)
Bebês, coceira em (106)
Bebês, cólicas em (114)
Bebês, febre em — ou crianças maiores
(241)
Bebês, gases presos em (271)
Bebês, prisão de ventre dos (434)
Bebês, sapinho em — e crianças maiores
(473)
Bebê, tosse do (506)
Bebidas, intoxicação provocada por excesso
de — ou de fumo (321)
Beijo branco (368)
Berne (46)
Bexiga, infecção dos rins ou da (304)
Bichetira (47)
Bicho-de-pé (48)
Bico-de-papagaio (49)
Blenorragia (gonorréia) (50)
Boca, acidez na (6)
Boca, afecções da (9)
Boca, aftas ou feridas na (13)
Boca, ardência na — causada por pimenta
(27)
Boca, queimaduras na (450)
Bócio (51)
Boilhas d'água (52)
Boqueira (53)
Bronquite (54)
Bronquite asmática (55)
Bronquite, gripe ou enfraquecimento (277)
Bronquite infantil (59)

Bronquite ou asma (56)
Bronquite ou asma, com dispnéia (57)
Bronquite ou coqueluche (58)
Bronquite ou tosse (60)
Bronquite ou tosse comprida (61)
Bronquite, tosse, coqueluche (504)
Brotóejas (62)

C

Cabeça de prego (63)
Cabeça do bebê, crosta na (142)
Cabeça, dor de (169)
Cabeça, galos na (265)
Cabeça, pancada na (373)
Cabelo, queda de (443)
Cabelos, caspa ou queda de (83)
Cabelos com cloro de piscina (64)
Cabelos, crescimento dos (140)
Cabelos fracos (65)
Cabelos oleosos (66)
Cabelos opacos (67)
Cabelos rebeldes (68)
Cabelos ressecados ou quebradiços (69)
Cabelos secos (70)
Cabelos secos ou com caspa (71)
Cabelos sem brilho (72)
Cães, micosse ou queda de pêlo em (357)
Cães, sarna em (479)
Cáimbras (73)
Calcânhares, rachaduras nos (456)
Cálculos nos rins (pedras) (74)
Calmante para bebês (75)
Calo ou olho-de-peixe (76)
Calor da menopausa (77)
Calos (78)
Calo seco (79)
Cal, para cessar a dor que produz a —
sobre os olhos (384)
Canal dentário, inflamação do (306)
Cansaço ou fraqueza (257)
Cansaço ou fraqueza física (80)
Caranguejo, ferroadade (251)
Cáries (81)
Carna crescida nos olhos (82)
Caspa, cabelos secos ou com (71)

Caspa ou queda de cabelos (83)
 Caspa ou seborréia (480)
 Catapora (84)
 Catapora ou sarampo (85)
 Catarro (86)
 Catarro do peito (87)
 Catarro e sinusite (88)
 Catarro nasal das crianças (89)
 Catarro ou asma (37)
 Catarro ou gripe (278)
 Catarro preso (90)
 Catarro preso, para expectorar (391)
 Catarrhos, resfriados e outras afecções das vias respiratórias (459)
 Caxumba (91)
 Cera no ouvido (92)
 Cheiro de alho ou cebola nas mãos (93)
 Cheiro de tempero nas mãos (94)
 Choro, perda do — e espasmo da glote (405)
 Chulé (348)
 Clática, dor (166)
 Cicatrização após a extração de dente (95)
 Cicatrização de cortes (96)
 Cicatrização de feridas (97)
 Cicatrização do umbigo (98)
 Cicatrização em geral (99)
 Cílios curtos e ralos (100)
 Circulação, desordens na (152)
 Cisco na vista (101)
 Cistite ou problemas da próstata (437)
 Cobra, picada de (420)
 Cobreiro (102)
 Cocelra (103)
 Cocelra causada por parasitas de praia (104)
 Cocelra e alergias da pele (105)
 Cocelra em bebés (106)
 Colesterol (107)
 Colesterol, para baixar o — no sangue (383)
 Cólica com diarreia (108)
 Cólicas da vesícula, rins ou fígado (110)
 Cólicas do fígado (109)
 Cólicas dos rins, fígado ou vesícula (110)
 Cólicas do útero (111)
 Cólicas durante a menstruação (112)

Cólicas e diarreia (113)
 Cólicas em bebés (114)
 Cólicas em recém-nascidos (115)
 Cólicas intestinais e soluços (488)
 Cólicas no estômago (116)
 Cólicas nos intestinos (117)
 Colite (118)
 Coluna, dores na (180)
 Congestão dos pulmões (119)
 Conjuntivite (120)
 Conservas, intoxicação provocada por (320)
 Contusões (121)
 Contusões, manchas roxas causadas por (342)
 Contusões ou ferimentos (122)
 Contusões ou manchas roxas (123)
 Contusões ou pancadas (375)
 Convulsões ou asfixia causada por vermes (124)
 Coqueluche (125)
 Coqueluche ou bronquite (58)
 Coqueluche, tosse, bronquite (504)
 Coração, problemas do (435)
 Cortiza (126)
 Cortiza ou nariz entupido (127)
 Coronárias, para evitar o estreitamento das artérias (389)
 Corpo estranho em nariz de criança (128)
 Corpo estranho na garganta (129)
 Corpo estranho no nariz (130)
 Contimento da vagina (131)
 Corte ou ferida (242)
 Corte profundo na pele (132)
 Cortes, cicatrização de (96)
 Cortes em geral (133)
 Cortes, ferimentos ou arranhões (134)
 Cortes ou machucados (330)
 Costas, dor nas — ou reumatismo (464)
 Cotovelos ásperos (135)
 Couro cabeludo, afecção do (8)
 Couro cabeludo, micose no (356)
 Cravo duro no pé (esporão) (136)
 Cravo na sola do pé (137)
 Cravos e espinhas no rosto (138)
 Cravos no pé (139)
 Cravos ou espinhas (219)

Crescimento dos cabelos (140)
 Criança, corpo estranho em nariz de (128)
 Crianças, bronquite em (61)
 Crianças, catarro nasal das (89)
 Crianças, engasgo em (195)
 Crianças, gripe em (279)
 Crianças maiores, febres em bebês ou (241)
 Crianças, sapinho em (473)
 Crise de tosse (141)
 Crosta na cabeça do bebê (142)
 Cutícula inflamada (143)

D

Debilidade geral, raquitismo ou anemia (144)
 Dedo, martelada no (346)
 Dente, cicatrização após a extração de (95)
 Dente, dor de (170)
 Dente, dor de — ou inflamações (171)
 Dente, hemorragia causada por extração de (284)
 Dente, inchação após a extração de um (300)
 Dentes (145)
 Dentes amarelados (146)
 Dentes amarelados ou mau hálito (147)
 Dentes, embotamento dos (191)
 Dentes encardidos (148)
 Dentes, inchação da gengiva causada por inflamação dos (302)
 Dentes inflamados (149)
 Dentes, para clarear os (386)
 Dentes, tártaro nos (494)
 Dentição, diarréia no período de (158)
 Dermatoses (105)
 Desidratação (150)
 Desidratação e diarréia (157)
 Desmaios (151)
 Desordens na circulação (152)
 Destroncamentos (153)
 Diabete (154)
 Diarréia (155)
 Diarréia, cólica com (108)
 Diarréia, cólicas ou (113)
 Diarréia de neném (156)
 Diarréia e desidratação (157)

Diarréia no período de dentição (158)
 Diarréia ou disenteria (161)
 Difteria (159)
 Disenteria (160)
 Disenteria ou diarréia (161)
 Dispepsia (43)
 Dispepsia, azia, má digestão ou prisão de ventre (43)
 Dispnéia, bronquite ou asma com (57)
 Distensão, luxação ou entorses (328)
 Distúrbios das vias urinárias (162)
 Distúrbios do estômago, do fígado ou enjôos (163)
 Diurético (164)
 Doenças da pele (165)
 Doenças dos pulmões ou gripes fortes (281)
 Dor ciática (166)
 Dor ciática ou gota (167)
 Dor de barriga (168)
 Dor de cabeça (169)
 Dor de dente (170)
 Dor de dente, fazer cessar a (226)
 Dor de dente ou inflamações (171)
 Dor de garganta (172)
 Dor de garganta ou tosse (173)
 Dor de ouvido (174)
 Dor e calor dos tumores, para diminuir a — e fazer com que se rompam (385)
 Dor e inflamação do ouvido (175)
 Dores de cabeça ou vômitos (538)
 Dores e infecções do estômago (176)
 Dores em geral (177)
 Dores lombares ou picadas de insetos (178)
 Dores lombares ou torcicolo (500)
 Dores musculares (179)
 Dores na coluna (180)
 Dores nas articulações (181)
 Dores nas costas ou reumatismo (464)
 Dores na sola do pé (182)
 Dores no estômago (183)
 Dores nos rins (184)
 Dores provocadas por queda (185)
 Dores traumáticas (pancadas), para aliviar as — sobre o corpo (380)

Dor localizada (186)
Dor lombar ou reumatismo (463)
Dor nos olhos (187)

E

Eczema ou ferida aberta (188)
Eczemas (189)
Emagrecimento (190)
Embotamento dos dentes (191)
Embraguez (192)
Enfraquecimento, gripe ou bronquite (277)
Engasgo (193)
Engasgo com espinha de peixe (194)
Engasgo em crianças (195)
Enjão após viagem (196)
Enjão de gestante (197)
Enjão em viagem (198)
Enjão, náuseas e azia (199)
Enjão ou má digestão (332)
Enjão, principalmente na gravidez (200)
Enjões (201)
Enjões, distúrbios do estômago, do fígado ou (163)
Enjões em geral (202)
Enjões ou vômitos (203)
Entorse (204)
Entorses, luxação ou distensão (328)
Envenenamento (205)
Envenenamento causado por produtos cáusticos (206)
Envenenamento causado por soda cáustica (207)
Envenenamento por via oral (208)
Enxaqueca (209)
Enxaqueca persistente (210)
Epilepsia (211)
Equimoses (212)
Erisipela (213)
Erupções ou alergia (214)
Escamamento da pele (215)
Escorbuto (216)
Escorpião, picada de (421)
Escrófula ou reumatismo (217)
Esgotamento físico ou mental (218)
Espasmo da glote ou perda do choro (405)
Espinha de peixe, engasgo com (194)

Espinhas e cravos (219)
Espinhas no rosto (220)
Espinhas ou cravos no rosto (138)
Espinhas, para acabar com as — sem deixar marcas no rosto (379)
Espinhas encravados (221)
Espinhas ou farpas encravados (222)
Espirros (223)
Espirros causados por alergia (224)
Esporão (136)
Estafo, angústia ou ansiedade (225)
Estancar a hemorragia e cessar a dor quando se extrai um dente (226)
Estancar o sangue causado pelas lâminas de barbear (227)
Estimulante geral (228)
Estômago, acidez no (4)
Estômago, cólicas no (116)
Estômago, dores no (183)
Estômago, dores ou infecções do (176)
Estômago pesado (229)
Estomatite (230)
Estreitamento das artérias coronárias, para evitar o (389)
Estrias (231)
Estrias ou manchas escuras (232)
Estrias que ocorrem durante a gravidez (233)
Expectoração (234)
Extração de dente, cicatrização após a (95)
Extraírem dente, estancar a hemorragia e cessar a dor quando (226)

F

Fadiga nervosa (235)
Falta de apetite (236)
Farpas encravadas (237)
Farpas ou espinhas encravados (222)
Fastio (238)
Febre (239)
Febre alta (240)
Febres em bebês ou em crianças maiores (241)
Ferida aberta ou eczema (188)
Ferida ou corte (242)
Feridas, cicatrização de (97)

Feridas em geral (243)
 Fendas e úlceras externas (244)
 Feridas infectadas (245)
 Fendas na boca ou aftas (13)
 Fendas, prurido ou queimaduras nas mãos (453)
 Feridas superficiais ou arranhões (28)
 Ferimento inflamado, provocado por prego (246)
 Ferimentos (247)
 Ferimentos, cortes ou arranhões (134)
 Ferimentos doloridos ou inflamados (250)
 Ferimentos em animais (248)
 Ferimentos externos com ulcerações (249)
 Ferimentos inflamados ou doloridos (250)
 Ferimentos inflamados ou furúnculos (262)
 Ferimentos ou contusões (122)
 Ferroada de bagre (251)
 Ferroada de caranguejo ou sirí (252)
 Ferroada de marimondo (253)
 Ferroada de peixe (254)
 Fígado, cólica dos rins, — ou vesícula (110)
 Fígado, cólicas do (109)
 Fígado, males do (334)
 Físico, esgotamento — ou mental (218)
 Fortificante contra resfriados constantes e até tuberculose (255)
 Fraqueza (256)
 Fraqueza dos pulmões (257)
 Fraqueza física ou cansaço (80)
 Fraqueza ou cansaço (258)
 Frieira (259)
 Frieira ou pé-de-atleta (260)
 Fumaça, asfixia causada por (33)
 Fumo, intoxicação provocada pelo (319)
 Fumo, intoxicação provocada por excesso de bebidas ou de (321)
 Furúnculos (261)
 Furúnculos e ferimentos inflamados (262)
 Furúnculo sem olho (263)
 Furúnculos, insônia ou inflamação dos olhos (316)
 Furúnculos ou tumores (264)

G

Galos na cabeça (265)

Garganta, corpo estranho na (129)
 Garganta, dor de (172)
 Garganta, dor de — ou tosse (173)
 Garganta, infecção da (303)
 Garganta inflamada (266)
 Garganta inflamada ou enfermidades da laringe (267)
 Garganta irritada (268)
 Gases (aerofagia) (269)
 Gases presos (270)
 Gases presos em bebês (271)
 Gastrite (272)
 Gengivas, abscessos nas (2)
 Gengivas inflamadas (273)
 Gengivas, sangramento das (470)
 Gengivas sensíveis (274)
 Gestante, enjôo de (197)
 Glote, espasmo da — ou perda do choro (405)
 Gonorréia (50)
 Gota (275)
 Gota, nevralgia ou reumatismo (361)
 Gota ou dor ciática (167)
 Gravidez, enjôo principalmente na (200)
 Gravidez, estrias que ocorrem durante a (232)
 Gravidez, hemorragia que ocorre durante a (289)
 Gripe (276)
 Gripe, bronquite ou enfraquecimento (277)
 Gripe e catarro (278)
 Gripe em crianças (279)
 Gripes e resfriados (280)
 Gripes fortes ou doenças dos pulmões (281)
 Gripes, resfriados ou rouquidão (282)

H

Hematomas (manchas roxas) (283)
 Hemorragia causada por extração de dente (284)
 Hemorragia da menstruação (285)
 Hemorragia de dente, estancar a (226)
 Hemorragia do nariz (286)
 Hemorragia do útero ou leucorréia (287)
 Hemorragia interna (288)

Hemorragia que ocorre durante a gravidez (289)

Hemorragias em geral (290)

Hemorróidas (291)

Hemorróidas externas (292)

Hepatite (293)

Hipertensão (294)

Hipertensão ou arteriosclerose (295)

Hipertensão (pressão alta) (430)

I

Icterícia (296)

Impingem (297)

Impotência (298)

Inapetência (299)

Inchaço após a extração de um dente (300)

Inchaço causada por picada de insetos (301)

Inchaço da gengiva causada por inflamação dentária (302)

Inchações em geral (303)

Inchações ou artrite (32)

Infeção da garganta (304)

Infeção e inflamação dos rins ou da bexiga (305)

Infeções da pele, sífilis, reumatismo (483)

Infeções internas (306)

Inflamação dentária, inchaço da gengiva causada por (302)

Inflamação e infecção dos rins ou da bexiga (305)

Inflamação do canal dentário (307)

Inflamação do ouvido (308)

Inflamação do ouvido ou dor (175)

Inflamação dos olhos, insônia ou furúnculos (316)

Inflamação do útero (309)

Inflamações em geral (310)

Inflamações ou dor de dente (171)

Ínguas (311)

Insetos, inchaço causada por picadas de (301)

Insetos no ouvido (312)

Insetos, picadas de — em geral (426)

Insetos, picadas de — ou dores lombares (178)

Insolação (313)

Insônia (314)

Insônia e nervosismo (315)

Insônia, inflamações dos olhos ou furúnculos (316)

Intestino infeccionado (371)

Intestino preguiçoso (318)

Intestinos, cólicas nos (117)

Intestinos, para um bom funcionamento dos (396)

Intoxicação ou pressão baixa (432)

Intoxicação provocada pela nicotina (319)

Intoxicação provocada por conservas (320)

Intoxicação provocada por excesso de bebidas ou de fumo (321)

J

Joanetes (322)

L

Lábios, rachaduras nos (457)

Lábios, rugas nos (469)

Lagarta-de-fogo, queimaduras causadas por (447)

Laringe, enfermidades da — ou garganta inflamada (267)

Laringite (323)

Letta, bebê que não gosta de (45)

Leite materno, para aumentar a produção (382)

Lêndias, para matar (392)

Leucoméia (324)

Leucoméia ou hemorragia uterina (289)

Limpeza da pele (325)

Limpeza dos olhos do recém-nascido (326)

Língua, queimaduras na (451)

Líquidos no organismo, retenção de (461)

Lombrigas (327)

Luxação, distensão ou entorses (328)

Luxações em geral (329)

M

Machucados ou cortes (330)

Má digestão (331)

Má digestão, azia, prisão de ventre ou dispepsia (43)

Má digestão ou enjôo (332)
 Má digestão, vermes ou nervosismo (531)
 Malária (333)
 Males do fígado (334)
 Mal-estar (335)
 Mal-estar ou vômitos (336)
 Manchas e outros problemas da pele (337)
 Manchas (e panos) na pele (338)
 Manchas escuras, devido a pancadas (339)
 Manchas escuras ou estrías (231)
 Manchas na pele (340)
 Manchas no rosto (341)
 Manchas roxas causadas por contusões (342)
 Manchas roxas (hematomas) (283)
 Manchas roxas ou contusões (123)
 Mãos ásperas (343)
 Mãos, cheiro de alho ou cebola nas (93)
 Mãos, cheiro de tempero nas (94)
 Mãos com rachaduras (344)
 Mãos com suor excessivo (345)
 Marimbondo, ferroadas de (252)
 Marimbondo, picada de (422)
 Marimbondo, picada de — ou de abelha (423)
 Martelada no dedo (346)
 Mau cheiro causado por suor (347)
 Mau cheiro dos pés (chulé) (348)
 Mau hálito (349)
 Mau hálito ou dentes amarelados (147)
 Mau jeito (204)
 Mau odor das axilas (350)
 Memória enfraquecida (351)
 Memória fraca ou nervosismo (360)
 Menopausa, calor da (77)
 Menstruação atrasada (352)
 Menstruação, cólicas durante a (112)
 Menstruação dolorosa (353)
 Menstruação, hemorragia na (286)
 Mental, esgotamento físico ou (218)
 Micose de praia (354)
 Micose nas unhas (355)
 Micose no couro cabeludo (356)
 Micose ou queda de pêlos em cães (357)
 Mosca, picada de (424)
 Mosquito, picada de (425)

N

Narinas congestionadas (358)
 Nariz, corpo estranho no (130) *na*
 Nariz de criança, corpo estranho em (128)
 Nariz entupido ou coriza (127)
 Nariz, hemorragia do (287)
 Náuseas (201)
 Náuseas, enjôo ou azia (199)
 Neném, diarreia de (156)
 Nervosismo (359)
 Nervosismo, má digestão ou vermes (531)
 Nervosismo ou insônia (315)
 Nervosismo ou memória fraca (360)
 Nevralgia, reumatismo ou gota (361)
 Nicotina, intoxicação provocada pela (319)

O

Obesidade (362)
 Odor causado pela transpiração (510)
 Olheiras (363)
 Olho-de-peixe (cabecinha dolorosa que se forma nos calos dos pés) (364)
 Olho-de-peixe ou calo (76)
 Olhos, áreas dos — e rugas (468)
 Olhos, carne crescida nos (82)
 Olhos congestionados (365)
 Olhos, dor nos (187)
 Olhos inflamados (366)
 Olhos, insônia, furúnculos ou inflamação dos (316)
 Olhos imitados (367)
 Olhos, limpeza dos — do recém-nascido (326)
 Olhos, para cessar a dor que produz a cal sobre os (384)
 Olhos, queimaduras nos (452)
 Ossos, traumatismo nos (511)
 Ouvido, água no (15)
 Ouvido, cera no (92)
 Ouvido, dor do (174)
 Ouvido, dor ou inflamação do (175)
 Ouvido, inflamação do (307)
 Ouvido, insetos no (312)
 Ovários inflamados (beijo branco) (368)
 Oxiúros (369)

P

- Pálpebras inflamadas ou congestionadas (370)
- Panarício (371)
- Panarício ou unheiro (372)
- Pancada na cabeça (373)
- Pancada na unha (374)
- Pancadas, manchas escuras devido a (339)
- Pancadas ou contusões (375)
- Pancadas ou reumatismo (376)
- Pancadas, para aliviar as — sobre o corpo (380)
- Pancadas violentas (377)
- Pano branco (manchas branco-arrondadas da pele) (378)
- Papada (51)
- Para acabar com as espinhas sem deixar marcas no rosto (379)
- Para aliviar as dores traumáticas (pancadas) sobre o corpo (380)
- Para amolecer os tumores e retirar o pus (381)
- Para aumentar a produção de leite materno (382)
- Para baixar o colesterol no sangue (383)
- Para cessar a dor que a cal produz sobre os olhos (384)
- Para clarear a pele (385)
- Para clarear os dentes (386)
- Para curar corno de restiado (387)
- Para diminuir a dor e o calor dos tumores e fazer com que se rompam (388)
- Para evitar o estreitamento das artérias coronárias (389)
- Para evitar vômitos (390)
- Para expectorar catarro preso (391)
- Para matar lêndeas (392)
- Para provocar vômitos (393)
- Para purificar o sangue (394)
- Para retirar um anel apertado do dedo já inchado (395)
- Parasitas de praia, coceira causada por (104)
- Para um bom funcionamento dos intestinos (396)
- Pé cravo duro no (136)
- Pé, cravo na sola do (137)
- Pé, cravos no (139)
- Pé-de-atleta (397)
- Pé-de-atleta ou frieira (260)
- Pé, dores na sola do (182)
- Pedras nos rins (74)
- Peixe, engasgo com espinha de (194)
- Peixe, ferroadia de (254)
- Pelada (8)
- Pele, alergias da — ou coceira (105)
- Pele áspera (398)
- Pele cansada e sem viço (399)
- Pele, corte profundo na (132)
- Pele, doenças da (165)
- Pele, escarnimento da (215)
- Pele irritada (400)
- Pele, limpeza da (325)
- Pele, manchas na (340)
- Pele, manchas ou outros problemas da (337)
- Pele, manchas ou panos na (338)
- Pele oleosa (401)
- Pele, para clarear a (385)
- Pele ressecada (402)
- Pele seca (403)
- Pele, úlceras da (517)
- Pele, vitiligo ou outras doenças da (535)
- Pélo de barba encravado (404)
- Perda da voz (11)
- Perda do choro e espasmo da glote (405)
- Perda parcial ou total da voz (406)
- Pernas cansadas (407)
- Pernas cansadas e doloridas (408)
- Pernas inchadas (409)
- Pés cansados (410)
- Pés com rachaduras (411)
- Pés doloridos (412)
- Pés frios (413)
- Pés inchados (414)
- Pés inchados e doloridos (415)
- Pés, mau cheiro dos (chulé) (348)
- Pé, sola do — dolorida (485)
- Pés, suor fétido nas axilas ou nos (489)
- Pés, suor nos (490)
- Peste bubônica (416)
- Picada de abelha (417)
- Picada de abelha ou vespa (418)
- Picada de aranha (419)
- Picada de cobra (420)

Picada de escorpião (421)
 Picada de marimbondo (422)
 Picada de marimbondo ou de abelha (423)
 Picada de mosca (424)
 Picada de mosquito (425)
 Picadas de insetos em geral (426)
 Picadas de insetos, inchação causada por (301)
 Picadas de insetos ou dores lombares (178)
 Pimenta, ardência na boca causada por (27)
 Pimenta, queimaduras causadas por (448)
 Piolhos (427)
 Piscina, cabelos com dolo de (64)
 Pneumonia (428)
 Poros abertos (429)
 Praia, coceira causada por parasitas de (104)
 Prego, cabeça de (63)
 Prego, ferimento inflamado provocado por (246)
 Pressão alta (hipertensão) (430)
 Pressão baixa (431)
 Pressão baixa ou intoxicação (432)
 Prisão de ventre (433)
 Prisão de ventre, azia, má digestão ou dispepsia (43)
 Prisão de ventre dos bebês (434)
 Problemas cardíacos (435)
 Problemas da próstata (436)
 Problemas da próstata ou cistite (437)
 Problemas da vesícula biliar (438)
 Problemas de respiração (439)
 Problemas dos rins (440)
 Problemas no útero (441)
 Produtos cáusticos, envenenamento causado por (206)
 Próstata, problemas da (436)
 Prurido, queimaduras ou feridas nas mãos (453)
 Pulmões, congestão dos (119)
 Pulmões, doenças dos — ou gripes fortes (281)
 Pulmões, fraqueza dos (258)
 Purificador do sangue (442)
 Pus, para amolecer os tumores e retirar o (381)

Q

Queda de cabelo (443)
 Queda de cabelos ou caspa (83)
 Queda de pêlo ou micose em cães (357)
 Queda, dores provocadas por (185)
 Queimaduras (444)
 Queimaduras causadas pelo sol (445)
 Queimaduras causadas por água viva (446)
 Queimaduras causadas por lagarta-de-fogo (447)
 Queimaduras causadas por pimenta (448)
 Queimaduras leves (449)
 Queimaduras na boca (450)
 Queimaduras na língua (451)
 Queimaduras nos olhos (452)
 Queimaduras, prurido ou feridas nas mãos (453)
 Quisto sebáceo (454)

R

Rachaduras nas mãos (344)
 Rachaduras no bico do seio (455)
 Rachaduras nos calcanhares (456)
 Rachaduras nos lábios (457)
 Rachaduras nos pés (411)
 Raquitismo, debilidade geral ou anemia (144)
 Recém-nascido, limpeza dos olhos do (32)
 Recém-nascidos, cólicas em (115)
 Recém-nascidos, sapinho em (474)
 Resfriado, para curar começo de (387)
 Resfriados (458)
 Resfriados, catarrhos e outras afecções das vias respiratórias (459)
 Resfriados constantes, fortificantes contra — e até tuberculose (255)
 Resfriados, gripes ou rouquidão (282)
 Resfriados ou gripes (280)
 Resfriados, taquicardia (493)
 Respiração, problemas de (439)
 Ressaca (460)
 Retenção de líquidos no organismo (461)
 Reumatismo (462)
 Reumatismo, nevralgia ou gota (361)
 Reumatismo ou dor lombar (463)
 Reumatismo ou dor nas costas (464)

Reumatismo ou escrófula (217)
 Reumatismo ou pancadas (376)
 Reumatismo ou torcicolo (501)
 Reumatismo, sífilis, infecções da pele (483)
 Rins, cálculos nos (74)
 Rins, cólicas dos —, fígado ou vesícula (110)
 Rins, dores nos (184)
 Rins, infecção dos — ou da bexiga (304)
 Rins, inflamação ou infecção dos (308)
 Rins, problemas dos (440)
 Rosto, cravos ou espinhas no (138)
 Rosto, espinhas no (221)
 Rosto, manchas no (341)
 Rosto, para acabar com as espinhas sem deixar marcas no (379)
 Rouquidão (465)
 Rouquidão, gripes ou resfriados (282)
 Rouquidão ou tosse (508)
 Rugas (466)
 Rugas iniciais e precoces (467)
 Rugas nas áreas dos olhos (468)
 Rugas nos lábios (469)

S

Sangramento das gengivas (470)
 Sangue, estancar o — ao barbear (227)
 Sangue, para baixar o colesterol no (383)
 Sangue, para purificar o (394)
 Sangue pisado (471)
 Sangue, purificador do (442)
 Sapinho (472)
 Sapinho em bebês e em crianças maiores (473)
 Sapinho em recém-nascidos (474)
 Sapinho ou aftas (14)
 Sarampo (475)
 Sarampo ou catapora (85)
 Sarampo recolhido (476)
 Sardas (477)
 Sama (478)
 Sama em cães (479)
 Seborréia ou caspa (480)
 Sede (481)
 Seio, bico do — rachado (455)
 Seios empedrados (482)

Sífilis, infecções da pele, reumatismo (483)
 Sinusite (484)
 Sinusite e catarro (88)
 Siri, ferroadá de (251)
 Soda cáustica, envenenamento causado por (207)
 Sola do pé, cravo na (137)
 Sola do pé dolorida (485)
 Sola do pé, dores na (182)
 Solitária (486)
 Sol, queimaduras causadas pelo (445)
 Soluços (487)
 Soluços ou cólicas intestinais (488)
 Suor excessivo nas mãos (345)
 Suor fétido nas axilas ou nos pés (489)
 Suor, mau cheiro causado por (347)
 Suor nos pés (490)

T

Tabagismo (491)
 Taquicardia (492)
 Taquicardia e resfriados (493)
 Tártaro nos dentes (494)
 Tensão nervosa (495)
 Terçol (496)
 Tétano (497)
 Tireóide (51)
 Tonturas (498)
 Torcedura (204)
 Torcicolo (499)
 Torcicolo ou dores lombares (500)
 Torcicolo ou reumatismo (501)
 Torções (502)
 Tosse (503)
 Tosse comprida ou bronquite (59)
 Tosse, coqueluche, bronquite (504)
 Tosse, crise de (141)
 Tosse crônica (505)
 Tosse do bebê (506)
 Tosse ou bronquite (507)
 Tosse ou dor de garganta (173)
 Tosse ou rouquidão (508)
 Tosse rebelde (509)
 Transpiração em excesso (510)
 Traumatismo nos ossos (511)
 Traumatismos (512)
 Tuberculose (513)

6 Abscessos em geral

- Coloque um pedaço de algodão molhado em óleo de mocotó. Mude o algodão de 3 em 3 horas

7 Abscessos nas gengivas

- Ferva um figo partido ao meio em água bõnca e polvilhe suas superfícies internas com ácido bórico. Aplique como cataplasma, quente, sobre a região inflamada, o mais próximo da raiz do dente

8 Acidentes com anzol

- Não puxe o anzol, pois a ponta farpada rasgará a carne. Empurre-o até a ponta aparecer do outro lado, corte-a e então poderá tirar o anzol.



9 Acidez na boca

- Use poejo, também chamado de erva-de-são-lourenço. Faça um chá com as folhas frescas. Também é bom para curar a insônia e para problemas do sistema nervoso

- Tome o suco de 2 ou 3 limões.

10 Acidez no estômago

- Coma nabos e batatas cruas e raladas e tome uma xícara diária de chá de alfafa.

11 Acidez no estômago e úlcera

- Rale 4 batatinhas de bom tamanho. Em seguida coe a massa em um pano e beba o suco, imediatamente. A dose normal é de 1 xícara das de chá, 3 vezes ao dia.

12 Ácido úrico

- Ferva 150 gramas de folhas de sabugueiro, em 2 litros de água, por 2 minutos. Tome aos cálices, durante todo o dia, com intervalo mínimo de 3 horas.

- Faça um chá com os bulbos da tiririca (erva). Beba várias vezes ao dia.

- A pessoa deve comer diariamente salada de agnã, temperada com azeite e sal.

- Faça um chá de cascas de maçãs secas após deixá-las secar ao sol. Tome adoçado.

13 Afecção do couro cabeludo (pelada)

- Se tiver um ponto central fure com uma agulha esterilizada e tente tirar o pus. Aplique depois água oxigenada (10 volumes), 2 vezes ao dia. A seguir, misture creolina com água em partes iguais, passando em toda região afetada. Dentro de 15 dias já estarão nascendo os pêlos. Depois disso, continue o tratamento por mais uns 7 dias.

14 Afecções da boca

- Mastigue folhas novas de abacateiro.

10 Afecções das vias respiratórias

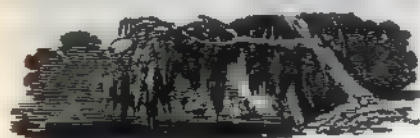
- Aspire o vapor do cozimento das folhas de eucalipto.

11 Afonia

- Coloque um pedaço de bórax na boca e deixe-o dissolver pouco a pouco.

12 Aftas

- Se você está com afta ou qualquer ferimento na boca, mastigue por 3 minutos uma folha de alexim.
- Faça um suco com folhas de saão e aplique sobre as aftas.
- Misture 1 pitada de pó seco de gengibre com 1 colher de óleo de gergelim. Aplique de hora em hora no local atingido.
- Coloque sal fino ou pedra-urina na ferida.
- Mastigue um pedaço de queijo bem curado e coloque sobre a afta.
- Coloque um pedaço de algodão embebido em vinagre sobre as aftas, deixando por algum tempo.
- Coloque um pouco de leite de magnésia no lugar ferido e, depois de algum tempo, uma pitada de bicarbonato de sódio.
- Faça um chá de folhas de alfavaca. Bocheche o chá de 3 a 4 vezes ao dia.



- Embeba um cotonete com formol e aplique no local afetado, após as refeições.

13 Aftas ou feridas na boca

- Misture em um copo d'água 2 colheres de sopa de vinagre branco. Faça bochechos.

14 Aftas ou sapinho

- Limpe-se cuidadosamente a boca com um lenço molhado em água morna, ligeiramente salgada, ou em solução de pedra-urina com mel.

15 Água no ouvido

- Coloque 4 gotas de álcool no ouvido e logo em seguida a água sairá.
- Pingue algumas gotas de Merthiolate na color. O resultado é imediato.
- Ponha um pouco de água para aquecer e, quando estiver morna, coloque algumas gotas dentro do ouvido.

16 Alcoolismo

- Para combatê-lo, tome suco de talo de couve. Um cálice, 3 vezes ao dia.
- Faça um chá com folhas verdes de manjazeiro. Tome 1 xícara por dia.

17 Alergia

- A alergia a sabão de coco ou a qualquer outro sabão se resolve, misturando-se um pouco de camomila em 1/2 litro de água quente. Deixe esfriar e coe. Aplique a solução na parte afetada.
- Faça um chá de cascas de pau de cajuputo. Tome um pouco e banhe a região afetada com o restante.

18 Amebíase

- Misture, em um copo d'água, 3 gotas de creolina e tome em jejum durante 30 dias.
- Tome 9 gotas de leite de mamão verde pela manhã, em jejum. Repita a dose à noite, ao deitar, durante 9 dias.
- Bata no liquidificador 1 xícara de suco de hortelã miúda com 1 litro de mel. Tome 1 colher (sopa) ao levantar e 1 colher ao deitar.

19 Amígdalas inchadas

- Faça um chá com folhas de eucalipto. Quando estiver fervendo, acrescente algumas pitadas de canela em pó e retire do fogo. Tome frio, à vontade.

20 Amígdalas inflamadas

- Pegue 5 folhas de erva-de-santa-maria e ferva-as. Coloque a erva em um pano e enrole em volta do pescoço.
- Pegue 20 gramas de pimenta-do-reino e triture-as bem. Coloque água no fogo e, quando estiver fervendo, coloque a pimenta juntamente com o caldo de 1 limão. Quando a água já estiver morna, gargareje por 30 segundos até acabar com o remédio. Faça isso 3 vezes por dia.
- Coloque em 1 copo d'água 1 colher (chá) de Merthiolate e faça gargarejos 3 vezes ao dia.
- Aplique banha de galinha quente no pescoço. Enrole um pano e evite a friagem.

21 Anemia

- Bata num liquidificador 3 ovos de pata, o conteúdo de um vidro grande de Biotônico Fontoura, 1 lata de leite condensado e 1 pacote pequeno de chocolate em pó. Tome 1 colher das de sopa, antes das refeições.

- Tome em jejum, toda manhã, 1 copo de caldo de feijão sem tempero.

- Bata no liquidificador 1 beterraba e 1 cenoura cruas junto com 1 colher de açúcar e 1 copo de leite. Tome 1 copo pela manhã, durante 15 dias.



- Tome 20 ml de suco de chicória durante 20 dias.

- Faça um chá de verônica e tome no lugar da água, diariamente.

- Pegue um punhado de folhas de alface e junte à água fervente. Deixe esfriar, coe e tome 1 xícara diariamente.

22 Angina

- Tome chá de folhas de framboesa.

- Ferva 20 gramas de aveia em 1 litro de água e coe espremendo. Faça gargarejos.

23 Angina ou estomatite

- Ferva 25 gramas de madressilvas em 1 litro de água e coe espremendo. Faça gargarejos.

32 Artrite

- Use uma pulseira de cobre puro. Acredita-se que o calor do corpo abre os poros e permite que o cobre da pulseira seja absorvido, e que isso corrigirá uma possível deficiência deste mineral no organismo, aliviando, portanto, as dores.

- Tome banhos mornos de banheira com um pouco de sal na água, todas as noites. Submerja até os ombros e relaxe, desfrutando do calor penetrante durante cerca de 20 minutos.

- Tome banhos com farelos de cereais (milho, trigo etc.) Para prepará-los, acrescente cerca de 450 gramas de farelo a uma banheira com água quente. Deite-se nela durante cerca de 30 minutos todas as noites.



Artrite ou inchações

- Faça uma pomada combinando 3 partes de azeite de oliva (de boa qualidade) com 1 parte de ácido sulfúrico. Coloque a mistura num vidro, tampe-o bem e deixe-a em repouso pelo menos 24 horas, sem agitar.

Pincele a pomada sobre a área afetada e cubra-a com gaze. Deixe o curativo pelo menos durante uma noite, se surgir alguma irritação, retire o curativo e lave o local afetado com óleo vegetal.

33 Asfixia causada por fumaça

- Tome um copo de leite morno, que logo se sentirá melhor.

34 Asma

- Socar muito bem um punhado de folhas de alecrim, até torná-las pó, e confeccionar cigarros. Usar quando necessário.

- Descasque uma tuna (nopal) e corte bem miúda. Polvilhe açúcar e deixe por uma noite no sereno. Depois, tome como xarope o líquido formado.

- Tome 1 colher (chá) de xarope de framboesa, 3 vezes ao dia, por um longo período.

- Tome mel de abelha puro com raspa de folhas de babosa, 3 vezes ao dia, durante alguns meses seguidos.

- Leve ao fogo 1 raiz pequena de gengibre picada, 3 folhas de laranjeira e açúcar à vontade. Caramelele, junte mais água e deixe engrossar. Tome frio, em 1 colher das de sopa de 2 em 2 horas.

- Ferva 1/2 quilo de pinhas em 4 litros d'água, espere depois que a água esfrie um pouco e inale os vapores, colocando uma toalha sobre a cabeça e em torno da panela.

- Cozinhe 1 batata grande com casca. Jogue fora a água e inale o cheiro da batata. Serve, inclusive, para desentupir as narinas.

● Raspe 230 gramas de rábano picante, fresco. Misture as raspas com o suco de 3 limões. Guarde a mistura num lugar frio até que se transforme numa massa grossa. A dose recomendada é de 1/2 colher das de chá de manhã e à tarde. Use sempre rábano fresco e nunca congelado.



● Tome diariamente leite de jumentia.

● Misture 30 gramas de éter, 15 gramas de essência de terebintina, 15 gramas de ácido benzóico e 8 gramas de bálsamo-de-tolu. Coloque-os em um frasco de boca larga e, quando tiver o acesso, faça a inalação. Não beba.

● Reduza a pó 5 gramas de cada uma das seguintes ervas: estramônio (também conhecido como figueira-do-inferno, mamão-ninho-bravo, trombeta e zabumba), beladona e melmendo. Adicione 5 gramas de nitrato de potássio e misture tudo cuidadosamente. A cada crise de asma, coloque uma pitada da mistura sobre uma chapa de ferro quente, não abrasada, e aspire a fumaça.

● Faça um chá com macela-galega (planta de flores pequenas e pálidas, comum em hortas e jardins, também chamada marcela), 1 colher (sopa) de mel e 1 colher (sopa) de azeite de oliva. Tome 1 xícara ao deitar durante 3 meses.

● Tome uma colher (café) pela manhã e à noite, de gordura de jia (espécie de rã), durante 3 dias consecutivos. Depois continue tomando 1 colher à noite. Caso a crise volte, repita a dosagem.

● Misture 1 colher (sopa) de azeite de oliva, 1 colher (sopa) de mel puro e 1 colher (sopa) de sumo de fedegoso (manjerona). Tome quando estiver em crise.

● Para aliviar os sintomas misture limão, mel de abelha e azeite de oliva em proporções iguais. Tome 1 cálice 3 vezes ao dia.

● Faça cigarros (como os antigos cigarros de palha) com folhas secas (à sombra) de trombeta. Fume 1 cigarro por dia.

● Ao iniciar-se uma crise de asma, mergulhe os pés e as mãos em água onde se dissolveu uma boa porção de farinha de mostarda. Em vários casos, a crise é cortada imediatamente.

● Faça um chá de folhas frescas de morango-gueiro. Tome à vontade.

● Faça um chá com algumas cascas de umburana-de-cheiro. Tome uma xícara por dia, quando estiver em crise.

● Tome 1 colher (sopa) de azeite doce misturado com 1 colher de mel, em jejum.

● Pegue 1 ovo e lave-o bem. Mergulhe-o depois em 1 copo de sumo de limão. Deixe-o assim, durante uma semana ou mais dentro da geladeira. Ao final deste tempo a casca do ovo estará bem mole, com consistência de gelatina. Pegue, então, esta mistura e bata no liquidificador com um pouco de mel ou calda de açúcar. Tome 3 vezes ao dia, durante 15 dias seguidos.

Asma de natureza alérgica

- Para acabar com a asma de natureza alérgica, tome pela manhã, em jejum, um copo d'água misturado com farinha de mandioca.

Asma ou bronquite

- Junte um punhado de agrião, 1 copo de óleo de eucalipto e 3 litros de água e ferva até reduzir a 1 litro. Coe. Coloque 1 quilo de açúcar, 3 dentes de alho, 2 pacotinhos de cravo e 1 pacotinho de canela, adicionado com 2 copos de álcool. Deixe ferver até reduzir a 1 litro. Coe novamente. Tome 1 colher das de sopa pela manhã e 1 colher à noite.

- Lave uma bacia de bucha e corte-a em 4 partes. Retire as sementes e ponha uma das partes para ferver, numa panela com água. Assim que ferver, inale por uns 3 minutos.

- Aplique no peito um pano umedecido com álcool ou aguardente e deixe-o por algumas horas.

Asma ou catarro

- Retire o sumo de algumas folhas de sabinheiro (1 xícara), adicione mel e beba.
- Faça um chá das folhas verdes e frescas do eucalipto, em dose normal de qualquer chá. O eucalipto é também ótimo anti-séptico, sendo o chá morno usado para lavar feridas, úlceras etc.

Assaduras

- Faça uma pasta com 1 colher de polvilho e um pouco de azeite doce e coloque na parte afetada.

39 Assaduras do bebê

- Seu bebê não terá assaduras, se as fraldas forem higienizadas com bicarbonato de sódio, na última água de enxaguar.

- Passe maizena, alivia, tirando o desconforto, e cura.

40 Ataques de asma

- Para prevenir os ataques de asma, tome 2 a 3 colheres (sopa) de leite de coco verde de manhã e à noite e, em seguida, 1 xícara de chá de agrião.

41 Azia

- Coloque na língua uma pequena quantidade de fermento em pó (fermento de bolo) e deixe-o dissolver-se.

- Mastigue bem algumas folhas de broto de goiabeira e engula.

- Faça um copo de laranjada, adoçando à vontade. Coloque 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio e misture. Tome enquanto estiver efervescendo.



- Para acabar com ela, coloque uma pitada de pó de café sobre a língua e deixe por alguns minutos. O efeito será imediato.

- Beba 1 xícara de leite 3 vezes ao dia. O leite terá um efeito ainda maior se ingerido 30 minutos antes das refeições, pois acalmará o estômago.

- Coma 1/2 xícara de ervilhas frescas todos os dias, de preferência cruas. O que você pode fazer para amolecê-las é colocá-las de molho na água durante a noite, mascando-as na manhã seguinte.

- Coma 1 prato de aveia ou trigo-mouro integral todas as manhãs.

- Tome 1 copo de leite ou coma fatias de mamão.

- Faça um chá com 3 folhas de louro e suco de meio limão. Tome com bastante açúcar.

- Para acabar com a azia e má digestão tome 1 copo de leite gelado.

- Faça um chá de folhas de lima e coloque na geladeira. Tome 1 cálice 3 vezes ao dia. Melhora imediatamente.

- Mastigue folhas de framboeseta.

42 Azia, má digestão, prisão de ventre ou dispepsia

- Esmague várias folhas de melão-de-são-caetano, o suficiente para que forneça 2 colheres (sopa) de sumo. Misture com 2 colheres (sopa) de água, e beba. Se persistirem os sintomas, repita 12 horas depois. Para crianças, dê a metade da dose.

- Tome, 2 vezes por dia, 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio diluído em um pouco de água morna.



43 Azia ou úlceras

- Faça suco de batata-inglesa e tome uma vez ao dia.

44. **Barriga inchada**

● Tome chá de erva-cidreira. Como fazer: junte 50 g da mesma em 1/2 litro d'água com 2 colheres de açúcar e leve ao fogo até ferver. Tome ainda morno.

45. **Bebê que não gosta de leite**

● Se a criança não gosta de leite ou simplesmente não aceita o leite com facilidade, o remédio é usar um truque. Bata o leite no liquidificador com um pouco de groselha, que ele ficará com gosto de refresco e com uma espuma cor-de-rosa que seu filho vai adorar.

46. **Berne**

● Quando as larvas estiverem em local de difícil retirada por meio de pinças (por exemplo, dentro do ouvido), vá ao farmacêutico e peça que lhe aplique uma injeção de óleo canforado. Dentro de meia hora as larvas saem.

● Pegue um pedaço de fumo de corda, molhe no azeite e coloque sobre o berne. Este sai com facilidade, evitando as dores.

● Coloque um pedaço de esparadrapo em cima e aguarde pelo menos 3 horas. Em seguida, arranque o esparadrapo com um forte puxão.

● Para retirar um berne sem ser preciso espreme-lo, corte um pedacinho de toucinho e coloque-o sobre a área afetada. Retire quando o berne passar para o toucinho.

47. **Bicheira**

● Esmagar folhas de pessegueiro em um pouco d'água e colocar depois o sumo obtido sobre o local afetado.



48. **Bicho-de-pé**

● Depois de retrado o bicho, passe sobre o local (principalmente dentro da cavidade formada) esmalte incolor para unhas. Isto evitará coceira e apressará a cura.

● Lave os pés na água em que foram fervidas as folhas de pessegueiro.

● Faça uma compressa composta de farinha de trigo e água, e coloque-a sobre a pele, recobrimdo com esparadrapo. Espere 2 dias e o bicho passará do pé para a com-
[ilustração]

49. **Bico-de-papagaio**

● Coloque em 1 litro de álcool umas 40 folhas de guiné. Deixe o vidro tampado por uns dias, e o verde das folhas passará para o álcool. Use 3 vezes ao dia, molhando o algodão e esfregando-o no local do bico-de-papagaio. É ótimo, também, para reumatismo.

50 **Blenorragia (gonorréia)**

- Deixe ferver 1 litro de água com algumas cascas de jatobá, até reduzi-lo para 1/2 litro. Coe em um pano bem limpo. Tome de 2 em 2 horas, com açúcar a gosto.

51 **Bócio**

- Tomar, todos os dias pela manhã, 1 xícara de leite com 2 gotas de iodo.

52 **Bolhas d'água**

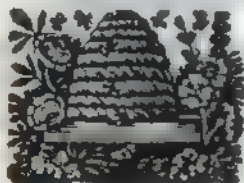
- Para curar bolhas feitas por sapatos apertados, coloque no ferimento uma ou mais folhas de bálsamo. Tira a dor e faz cicatrizar rapidamente.

53 **Boqueira**

- Limpar o local afetado com uma solução aquosa de violeta de genciana, em nitrato de prata a 1%. Aplique cuidadosamente com algodão, 3 a 4 vezes ao dia.
- Para curar, coloque cinza de cigarro nos cantos da boca. Em 24 horas aparecem os resultados.
- Retire o leite do pinhão, e misture-o em um pires com um pouco de cinza. Aplique nos cantos dos lábios.

54 **Bronquite**

- Corte um abacaxi em fatias, coloque-as em uma panela e cubra-as com mel. Cozinhe, deixe esfriar e retire o suco. Tome 3 colheres das de sopa por dia.



- Colocar um punhado de folhas de alcrim sobre uma chapa quente e aspirar a fumaça.

- Faça um chá com folhas da amoreira-branca. Tome à noite.

- Frite algumas fatias de cebola com açúcar e um pouquinho de água. Com a cebola frita, faça algumas balas, que deverão ser chupadas durante as crises.

- Cozinhe 1 cabeça de alho e passe-a no liquidificador com 1 copo de mel. Tome uma colher das de café, 2 vezes ao dia.

- Pingue algumas gotas de óleo gomeado no nariz. Aplique cataplasmas quentes de linhaça com mostarda, no peito e nas costas, de 3 em 3 horas e mantenha-se em repouso.

- Ferva bem alguns galhos de levante, com 1 copo e meio de água, até reduzir a meio copo. Bata 1 gema de ovo (caipira) com 1 colher (sopa) de açúcar refinado, até ficar um pouco branca. Coloque o chá quente por cima e misture bem. Deve ser tomado bem quente e em jejum. Repete por 6 dias.

- Fazer um xarope com folhas de pitanga e tomar 3 vezes ao dia. Tomar também todos os dias, na parte da manhã, 1 colher (chá) de óleo de pequi.

- Juntar: hortelã, assa-peixe, flor de mamão-macho, erva-doce e água. Ferver até o ponto de xarope. Coar e tomar 1 colher das de sopa, 1 vez por dia.

- Fazer chá de folhas de eucalipto adoçado com mel de abelha.

- Ingredientes: 3 folhas de laranjeira, 3 folhas de mexeriqueira, 3 folhas de limoeiro, 1 galho de avena, 1 galho de samambaião-mato-virgem, 3 folhas de avelãzeira, 1 molho de agrião, 1 litro de água e 1 limão.

folhas de alho e aspirar a fumaça. Modo de fazer: ponha para ferver o limão com o açúcar até formar um caldo grosso, junte o litro d'água, corte o limão em 4 partes, colocando uma parte na panela. Ferva todos os ingredientes até formar um xarope grosso.coe e ponha num vidro. Tome 1 colher (chá) de 3 em 3 horas.



de levante, até reduzir a um ovo (caipiro), refinado, até liquecer. Coloque o chá em 1 litro de água. Deve ser tomado em jejum. Repetir 3 vezes ao dia.

de pitanga e também com mel. Tome 1 colher (chá) de 3 em 3 horas.

de flor de mel. Ferver até reduzir a um ovo. Tome 1 colher (chá) de 3 em 3 horas.

de alho e mel. Ferver até reduzir a um ovo. Tome 1 colher (chá) de 3 em 3 horas.

de laranja. Ferver até reduzir a um ovo. Tome 1 colher (chá) de 3 em 3 horas.

de limão e mel. Ferver até reduzir a um ovo. Tome 1 colher (chá) de 3 em 3 horas.

água. Ferva, em 1/2 litro de água, 3 pedaços grandes da casca do jatobá, até se reduzir a 1 copo. Deixe esfriar e adicione neste chá 3 colheres (sopa) de aguardente e 3 colheres (sopa) de mel (puro) de abelha. Coloque no coco, tampe com a rolha e deixe curtindo por 3 dias. Depois, tome 1 colher das de sopa, 2 vezes ao dia.

● Pegue a resina que brota do caule do jatobá, moa e faça uma farinha. De manhã, em jejum, esquente 1 ovo e coloque 1 colher (café) da resina no ovo. Beba essa mistura durante 15 dias e descanse 15. Faça isto mais 2 vezes.

● Junte flores de mamão com pedaços de cipó-chumbo e ferva, acrescentando açúcar queimado. Coloque água e, quando virar xarope, tome 1 colher das de sopa, 2 vezes ao dia.

● 1/2 xícara (chá) de sabugueiro; 1 colher (chá) de óleo de ricino; 1 colher (chá) de óleo de amêndoas doces e 1 colher (chá) de mel puro. Bata no liquidificador e tome, por 3 noites seguidas, 1 colher das de sopa, na lua minguante.

● Tome 3 gotas de óleo de capivara, adicionadas ao leite ou ao café, pela manhã ou à noite, durante 1 mês.

● Derreta 50 gramas de tutano de boi. Bata no liquidificador, junto com 1 ovo e mel de abelha. Tome 1 colher das de chá, 3 vezes ao dia.

● Quando estiver em crise, coloque, em uma xícara de café bem forte, 5 gotas de banha de galinha e tome pela manhã.

● Fazer um xarope com a flor do mamão-macho, adicionar um pedaço de canela e uma folha de laranja. Tomar uma colher das de chá de 3 em 3 horas.

- No liquidificador junte 3 gemas, 1 colher (chá) de azeite de oliva, 1 colher (chá) de açúcar e 1 colher (chá) de canela em pó. Bata. Tome durante 2 meses na hora de dormir.

- Corte uma beterraba e coloque no fogo com bastante açúcar e um pouco de água. Deixe apurar até ficar em ponto de mel. Tome 1 colher 3 vezes ao dia.

- Faça um xarope de hortelã com malva-santa e açúcar. Tome 1 colher das de sopa, de 2 em 2 horas.

- Lave 3 molhos de agrião e 3 de mastruz (erva-de-santa-maria). Leve ao fogo com bastante açúcar e água e deixe ferver até o ponto de xarope. Tome às colheradas.

- Cozinhe 3 pepínos inteiros em 1 litro de água. Deixe ferver até reduzir para 1 xícara de café. Beba. Repita 3 dias seguidos.

- Deixe de molho, por uma noite, uma caixa de cascas de amêijoara em 2 litros de água. Na manhã seguinte, coe em um pano e adicione 1 quilo de açúcar. Deixe ferver até que reduza pela metade. As crianças deverão tomar 1 colher das de chá, 3 vezes ao dia, e os adultos 1 colher das de sopa, 3 vezes ao dia. O tratamento deverá durar 1 ano, sem interrupção.

- Faça um chá de coentro, adoce com 2 colheres de mel de jataí. Tome em jejum.

- Misture 2 colheres (café) de mostarda em pó com 1 copo d'água, agite e deixe repousar durante 1/2 hora. Aplique em forma de compressas no peito e nas costas.

55 Bronquite asmática

- Pegue 1/2 quilo de cebola, 1/2 litro de mel de abelha-da-europa e 2 cabeças de alho grandes. Limpe as cebolas, moa-as e coloque num pano até tirar todo o sumo.

Em seguida, ponha em uma panela com mel e o alho descascado e amassado. Deixe ferver até engrossar como xarope. Retire do fogo, deixe esfriar e junte 1 xícara das de café de álcool puro. Tome 1 colher das de sopa, de 2 em 2 horas (adultos, 1 colher das de chá, 3 vezes ao dia (crianças). Esse tratamento deverá ser feito durante 6 meses seguidos.

- Coloque 1/2 litro de água para ferver. Acrescente alho, pimenta-do-reino crua, canela em pau. Deixe ferver bem. Adicione, em seguida, fubá ou farinha de mandioca. Coloque esta mistura bem quente numa folha de papel impermeável e, por cima, um pano. Aplique este emplastro no peito e nas costas ao deitar. Serve para adultos e crianças.



56 Bronquite ou asma

- Tome 1 colher (sopa) de banha de vaca em 1/2 copo de café quente, na hora de dormir. Fique em repouso no dia seguinte, na parte da manhã.

- Coloque um molho de agrião no liquidificador, acrescentando água até tomar consistência. Coloque mel à vontade. Tome 1 copo pela manhã, durante 1 semana, repetindo mensalmente.

Bronquite ou asma, com dispnéia

- Passe, no liquidificador, 3 ovos de pata com casca. Rale 3 noz moscadas e junte aos ovos batidos. Por fim, adicione 1 litro de vinho. Bata no liquidificador por mais 5 minutos. Coloque numa garrafa e deixe curtir por 2 dias. Tome 1 cálice ao deitar. Repita a receita 2 vezes.



Bronquite ou coqueluche

- Faça um xarope com folhas de figo-da-índia da seguinte forma: lave bem as folhas e corte-as em pedacinhos. Numa panela, queime 1 xícara de açúcar e junte as folhas, adicione, a seguir, 3 xícaras de água e deixe ferver em fogo brando até reduzir à metade. Tome de 3 a 4 colheres das de sobremesa por dia.

Bronquite ou tosse (1)

- Para crianças, faça um chá com 2 centímetros de ippacacuanha (poaia) e dê uma vez ao dia.

Bronquite ou tosse (2)

- Para adultos, ferva durante 15 minutos em leite, 20 gramas de figos secos picados. Junte 1 colher de mel e coe. Beba em seguida, bem quente.

Bronquite ou tosse comprida

- Pegue algumas folhas de iguape, lave-as e corte-as bem finas, ponha-as na panela e junte um pouco de açúcar. 4 limões bem cortados e 2 pacotes de canela em pó. Deixe tudo no fogo, sem água, durante 30 ou 40 minutos. A seguir ponha água e deixe no fogo até virar uma espécie de mel. Tome 3 vezes ao dia, 1 colher das de chá.

Brtoejas

- Misture um pouco de goma fresca com álcool e aplique nos locais afetados.
- As incômodas brotoejas que se manifestam, principalmente em crianças, na época do verão, são eliminadas, se acrescentarmos algumas gotinhas de lodo à água do banho.
- Misture álcool com tapioca e passe nas partes do corpo afetadas pelas brotoejas.
- Misture um pouco de malzena com álcool e aplique nos locais afetados.
- Antes do banho, molhe seu corpo com leite de magnésia, depois de seco, tome um banho frio.
- Dissolva duas colheres de goma (mandioca) dentro de um copo de água, depois passe na área afetada; após uma hora, retire.

63 Cabeça de prego

- Faça um emplastro de farinha de mandioca, óleo e fumo. Leve ao fogo para esquentar e coloque sobre o local.

64 Cabelos com cloro de piscina

- Com os cabelos molhados, faça uma massagem com leite de vaca, durante 2 minutos. Em seguida, lave-os bem com xampu.

65 Cabelos fracos

- Faça um creme com leite e abacate. Aplique nos cabelos e deixe por uns 15 minutos, cobertos com uma touca plástica. Lave os cabelos normalmente.

66 Cabelos oleosos

- Na hora de enxaguar os cabelos, pingue algumas gotas de limão.

67 Cabelos opacos

- Coloque 4 gotas de limão e 4 de vinagre de vinho branco em 1/2 litro de água morna. Enxágüe os cabelos com esta mistura.
- Coloque uma folha de babosa no liquidificador com uma xícara de óleo capilar. Bata. Aplique nos cabelos uma hora antes de lavar. Repita de 15 em 15 dias.

68 Cabelos rebeldes

- Lave-os constantemente com um forte chá de camomila e sabão neutro.

69 Cabelos ressecados ou quebradiços

- Misture 3 colheres de óleo, 1 gema de ovo e 1 copo de iogurte natural. Aplique nos cabelos, deixando por meia hora. Lave normalmente. Repita uma vez por semana.
- Amasse 1/2 abacate em 1 copo de iogurte natural, aplique sobre o cabelo e fique ao sol, durante meia hora, com um pau enrolado na cabeça. Enxágüe normalmente.

70 Cabelos secos

- Bata 1 ou 2 ovos, conforme o comprimento do cabelo, e espalhe por toda a cabeça, massageando durante meia hora. Lave bem.



- Aplique, a cada 15 dias, a seguinte mistura: 3 colheres de sopa de óleo, 1 gema de ovo e 1 copo de iogurte natural. Massageie por todo o couro cabeludo e a seguir envolva uma toalha quente durante uns 20 minutos. Lave normalmente.

71 Cabelos secos ou com caspa

- Ferva capim-melado com água. Com o chá, lave a cabeça e deixe-a coberta com uma toalha até secar.

72 Cabelos sem brilho

- Amasse 1/2 abacate maduro com 1 colher (sopa) de óleo de baleia. Passe no cabelo, deixando agir por 2 horas. Lave com água fria.

73 Câimbras

- Friccionar a parte afetada com limão.
- Use um saquinho com enxofre junto ao corpo e as câimbras logo passarão.
- Para que as câimbras desapareçam, coloque um fêmur debaixo do travesseiro.
- Para acabar com as câimbras, mergulhe os pés numa bacia com água morna, durante alguns minutos.
- Em um vidro com álcool coloque um punhado de folhas de arruda, deixando em imersão por alguns dias. Quando sentir câimbras faça uma massagem no local, com esta solução.

74 Cálculos nos rins (pedras)

- Tome chá de folhas de salsa, 1 copo após as refeições, durante 4 dias.
- Faça um chá de quebra-pedra (fura-pedras, erva-de-santana) e tome-o sem adoçante. Repita a receita até que a pedra saia.
- Faça um chá com 12 cerejas com o caroço, em 1 litro de água. Deixe esfriar, coe e tome 1 xícara das de café, antes de deitar.

● Pegar um abacaxi, tirar a coroa (parte do centro), picar o abacaxi com a casca, colocar no liquidificador com um pouco d'água e deixar triturar por alguns minutos. Feito isso, coar o caldo e guardar. Tomar 3 cálices por dia.

● Prepare um chá na proporção de 20 a 25 gramas de bétula por 200 ml de água. Tome-o 2 ou 3 vezes ao dia.

● Um excelente remédio é o chá das seguintes ervas: 1 folha picada de unha-de-vaca; 5 galhos de quebra-pedra; 1 folha de chapéu-de-couro (erva-do-brejo), folhas de abacateiro; alguns cabelos de milho e 1 litro d'água. Coloque tudo em uma vasilha e deixe ferver por 15 minutos. Quando sentir sede, tome este chá.



75 Calmante para bebês

● Quando o bebê estiver com insônia, irritado, coloque uma maçã perfurada com um palito, próxima à cabeceira do berço. O cheiro da maçã é calmante e o fará dormir.

76 Calo ou "olho-de-peixe"

● Use, no local, a parte branca (miolo) do tomate, por 3 dias.

77 Calor da menopausa

- Para acabar com a sensação de calor da menopausa, passe 3 dias tomando chá de folha de chuchu. Recomenda-se 1 folha para cada xícara.

78 Calos

- Para retirar o calo, pegue um pedaço de casca de banana verde, coloque em cima do calo, entre 3 e 4 dias, prendendo-o com esparadrapo. O calo sai inteiro.
- Para acabar definitivamente com calos secos, nada melhor que mercuriocromo. Embeba um chumaço de algodão no mercúrio e passe-o sobre os calos, ao levantar e ao deitar. Em menos de 15 dias eles desaparecerão.
- Aplique sobre o calo uma fatia de cebola ou limão, mantendo-a presa com um esparadrapo. Deixe assim durante toda a noite.



- Ponha algumas folhas de hera (planta trepadeira de flores branco-amareladas)

num recipiente com suco de limão e mamão e ali por 3 horas. Em seguida, apague o líquido sobre o calo. Dá ótimos resultados.

- Tire-se a massa branca do calo com uma gilete nova ou, se usada, esterilizada com fogo. Em seguida, molha-se um algodão em leite-de-colônia e passa-se no calo, até este desaparecer.
- Faça um emplastro com fubá, água e um pé de rubim, colocando-o ainda molhado sobre o calo, à noite, e amarrando com ataduras.
- Soque 3 alhos grandes, misture com um pedaço de sabão até virar massa e coloque-a sobre o calo, com um pedaço de esparadrapo.
- Coloque um comprimido de aspirina sobre o calo, prenda com esparadrapo e retire mesmo após o comprimido ter esfarelado.
- Coloque sobre ele uma rodela quantas vezes de tomate maduro e envolva-a com uma gaze. Repita quantas vezes for necessário.
- Misture suco de limão e suco de cebola em proporções iguais e use diariamente com fricções.
- Massageie-os com óleo de mamona 3 vezes por dia.

79 Calo seco

- Aplique uma camada de cera de abelha

80 Cansaço ou fraqueza física

- Deixe macerar 3 folhas de saão com sumo e misture com um copo de leite ou momo). Beba um copo todas as manhãs, durante 7 dias.

Cáries

- Conserve seus dentes e evite as cáries usando sempre ao escová-los, uma pequena quantidade de fermento químico (Po Royal)

Carne crescida nos olhos

- Enrole algumas sementes de romã num algodão e esprema nos olhos 2 vezes por dia

Caspa ou queda de cabelos

- Misture 1 colher (sopa) de querosene, 1 gema de ovo e 1 colher (sopa) de óleo mineral. Molhe um chumaço de algodão nesta mistura e esfregue no couro cabeludo. Enxágue bem. Repita semanalmente este processo



- Misture 1 parte de vinagre para 2 partes de água. Passe no cabelo e deixe agir por 1 minuto. Enxágue com água fria.

- Aplique na raiz dos cabelos, raspa da casca de 1 limão misturada com óleo de amêndoas doces. Repita 2 vezes por semana

- Quando o feijão estiver cozinhando, retire 1 copo de sua água e passe-a no couro cabeludo friccionando bem. Deixe por uns 20 minutos, lavando a cabeça a seguir

- Quando for lavar os cabelos não use xampu ou sabonete. Após umedecer a cabeça, coloque um pouco de sabão em pó perto das orelhas, na nuca e no alto da cabeça. Em seguida, esfregue bem, enxágue e repita a dose. A caspa sumirá.

- Passe alho moído sobre o local e depois lave com água morna. A seguir, esfregue 2 limões e enxágue com água morna. Repita.

- Pegue 9 folhas de limeira e coloque-as em 1 litro de álcool, deixando curtir por 3 dias. Use como se fosse creme rinse

- Esfregue suco de cebola no couro cabeludo. Deixe por alguns minutos e lave bem com xampu.

- Esfregue bastante suco de limão no couro cabeludo.

- Colocar 1 colher (chá) de sal em água de beterraba e lavar a cabeça com ela.

84 Catapora

- Ferva folhas de eucalipto e banhe o corpo com este chá, todos os dias, até a cicatrização total

- Faça um chá com as folhas da erva chapéu-de-couro. Banhe o doente, com este chá. 2 vezes ao dia

85 Catapora ou sarampo

- Faça um chá com algumas flores do sabugueiro e gotas de limão. Adoce e beba 2 vezes ao dia.

86 Catarro

- Pique bem uma cebola-branca, ponha em um pires e adicione algumas colheres de mel. Deixe no sereno por uma noite. Tome, pela manhã, 1 colher do xarope que se formou.

- Junte, em partes iguais, mel de abelha e manteiga. Amorne e tome 1 colher das de sobremesa, 3 vezes ao dia.

- Para facilitar a eliminação do catarro em recém-nascidos, passe óleo de amêndoas doces no peito e agasalhe-o.



- Faça um chá de gervão. Tome um copo deste chá adoçado com uma colher bem cheia de mel.

- Pegue algumas folhas de sálão frescas, soque até tirar uma xícara de sumo. Beba em jejum.

- Ponha, dentro de um bule, 1 copo de água fervente e 1 colher (sopa) bem cheia de cascas de erva-doce. Tampe o bule, deixe a mistura em infusão durante 15 minutos e coe. Tome 3 xícaras de chá por dia.

§7 Catarro do peito

- Faça uma xícara de chá de canela, ponha algumas gotas de banha de galinha e adoce com mel. Tome só à noite, ao deitar.

- Faça um chá com cascas de jucá (pau-ferro) e jatobá e misture com uma gemada. Tome 1 copo pela manhã, todos os dias.

- Fritar cebolas no mel e comê-las quentes.

- Junte-se folhas de avenca e faz-se um chá.

§8

- Usa-se cebola com leite na proporção de 60 a 100 gramas por litro de leite. É capotante e combate a tosse.

§§ Catarro e sinusite

- Ferva 1/2 litro de água com 3 colheres (sopa) de sal. Despeje em uma bacia e respire o vapor por 10 minutos. Repita sempre que sentir necessidade.

§9 Catarro nasal das crianças

- Use manjerona moída e misturada com gordura vegetal. Unte o nariz da criança com esta mistura, várias vezes por dia.

90 Catarro preso

- Coloque algumas folhas de agrião numa vasilha com água e deixe ferver por 20 minutos. Coe num pano limpo e beba esta infusão. Solta imediatamente todo o catarro.

91 Caxumba

- Esquente azeite e derrame-o sobre folhas de fumo; coloque-as sobre a região atingida e amarre-as levemente com um pano.

- Aquecer folha de fumo no óleo, depois passar na região atingida com uma colher de pau.

- Faça um suco de folhas amassadas de erva-cidreira (também conhecida por erva-lissa), e misture com um pouco de sal. Coloque em compressas sobre o local afetado.

- Esquente uma folha de fumo com azeite e coloque-a sobre a caxumba e amarre com uma fita várias vezes.

- Pegar 1 folha de unha-de-vaca com pomada de beladona e envolver o pescoço, deixando por algum tempo.

- Corte uma laranja ao meio. Espete com um garfo e esquite-a no fogo. Polvilhe com sal e, ainda quente, esfregue suavemente sobre toda a inchação.



- Pegue uma casa de João-de-Barro (passaninho) e desmanche-a em álcool canforado. Passe esta solução sobre a caxumba.

- Pegue uns limões e esprema. Depois acrescente cinza de lenha e misture. Passe nas partes afetadas pela caxumba.

15 Cera no ouvido

- Para tirar cera do ouvido, pingue algumas gotas mornas de essência de café.
- Para tirar cera ou água do ouvido, coloque em 1 copo d'água 1 colher (café) de bicarbonato de sódio. Pegue um cotonete, molhe, e limpe o ouvido. Tira a cera ou a água, desintupindo-o.

16 Cheiro de alho ou cebola nas mãos

- Para amaciar e tirar cheiro de alho ou cebola das mãos, esfregue borra de café com sabão.

17 Cheiro de tempero nas mãos

- Para tirar o cheiro de tempero das mãos, esfregue azeite e açúcar, lavando-as em seguida.

95 Cicatrização após a extração de dente

- Tome chá de casca de tronco de golabel-ra.



96 Cicatrização de cortes

- Faça um chá com casca de tronco de caju e banhe o local do ferimento.

97 Cicatrização de feridas

- Aplicar sobre as feridas sumo de folhas de algodoeiro.

98 Cicatrização do umbigo

- Na cicatrização do umbigo do recém-nascido, aplique cuidadosamente, um pedaço de gaze embebido em óleo de copal-na na região umbilical.

99 Cicatrização em geral

- Faça uma mistura de bicarbonato de sódio com álcool canforado. Aplique no local 1 vez por semana. Deixe uns 20 minutos, depois lave.
- Para obter um bronzado uniforme, passe água oxigenada (20 volumes) nas cicatrizes.

100 Cílios curtos e ralos

- Passe azeite de oliva, com uma escovinha. Faça à noite, 3 vezes por semana.

101 Císcio na vista

- Para remover o císcio, coloque, quando for dormir, 3 ou 4 sementes de alfavaca no olho em que estiver o císcio e, no dia seguinte, ele sairá com as sementes. (Não há perigo das sementes ficarem no olho).



- Lave bem as mãos e, pondo-as em forma de concha, encha-as de água. Ponha o olho aberto ligeiramente na água e o císcio sairá.
- Pingar algumas gotas de suco de limão no olho, mantendo-o fechado por alguns minutos.
- Pingue algumas gotas de leite materno.
- Pingar algumas gotas de leite fresco (frio, não gelado), mantendo a vista fechada por alguns minutos.

102 Cobreiro

- Pegue um pouco de palha de alho queimada e banha de porco derretida e misture. Passe no local, antes de dormir, até sarar.
- Para curar cobreiro faça uma mistura de pólvora com limão. Com um galho de vasoura do mato, espalhe a mistura sobre a região.
- Esmague um alho macho, misturando-o em clara de ovo batida. Coloque sobre o cobreiro, deixando secar.
- Unte-o com azeite doce.

103 Ccoceira

- Rale uma batata crua e aplique sua polpa ou massa, sob a forma de emplastro, na região afetada. Se possível, espalhe-a com a ponta dos dedos e procure fazer com que ela possa ficar sobre a pele durante toda a noite. Na manhã seguinte, lave a região para eliminar todo o emplastro.

- Coloque 250 ml de álcool, 2 colheres de ácido bórico em pó e 1 tablete de cânfora em um vidro e agite antes de usar. Essa mistura deverá ser usada em aplicações locais. Serve também para combater reumatismo e picada de insetos.

- Use folhas de repolho amassadas sobre o local durante toda a noite. Retire-as na manhã.

- Coloque uma pedra de gelo em cima do local da cocceira, 3 vezes ao dia.

- Em uma panela com água, junte algumas folhas de mandioca e deixe ferver por 30 minutos. Aplique a solução nos locais atingidos.

104 Ccoceira causada por parasitas de praia

- Corte ao meio uma castanha de caju fresca. Passe a parte cortada no local, rapidamente, de uma só vez. Não esfregue.



Coceira e alergias da pele

- Em 1 litro de água ponha 1 xícara de sal grosso. Ferva. Deixe amornar e passe nos locais atingidos, várias vezes ao dia.

Coceira em bebês

- Coloque aveia na água do banho do bebê. Com isso, a coceira sumirá e serão evitadas brotoejas.

Colesterol

- Para baixar a taxa de colesterol, coloque atas de berrinja crua de molho em água filtrada, deixe na geladeira e beba todas as vezes que estiver com sede.

- Para regular a taxa de colesterol no organismo, tome chá feito com folhas de amor-crecido e folhas de limeira, durante todo o dia.

Cólica com diarreia

- Bater 1 clara de ovo com açúcar até o ponto de suspiro e completar com meio copo de aguardente. Tomar de uma só vez.

Cólicas do fígado

- Misture em uma panela, algumas frutas de jurebela picadas com 250 gramas de ameixa seca, 1 maçã picada, 1 noz-moscada ralada, 1/2 copo de mel de abelha, 1 colher e meia de açúcar e alguns cravos-da-índia. Quando tudo estiver cozido, retire do fogo e deixe esfriar. A seguir, acrescente à mistura uma garrafa de vinho branco tipo moscato. Depois de coada ponha em um litro, arrolle bem e enterre na terra por 7 dias. Passado este tempo, retira-se. Tome as colheradas como um xarope.



- Amasse algumas folhas de boldo, coloque-as em um copo de água morna, ponha sal e tome.

1110 Cólicas dos rins, fígado ou vesícula

- Pegue algumas sementes de melancia e esmague. Coloque 1/2 litro de água para ferver. Retire do fogo e ponha as sementes, abafando por 5 minutos. Tome no lugar de água por 1 semana.

1111 Cólicas do útero

- Tome chá de erva-cidreira, à vontade.

1112 Cólicas durante a menstruação

- Frite alguns dentes de alho no óleo (de preferência azeite de oliva), deixe esfriar um pouco e coloque a mistura sobre o ventre, massageando levemente.

● Tome uma xícara de chá de salsa bem forte e quente.

● Em uma xícara de café (já pronto) coloque um pouco de manteiga, e beba.

● Faça um chá de erva-cidreira. Tome quente, 3 vezes ao dia.



● Faça um chá de folhas de arruda e tome sem açúcar.

● Encha uma banheira com água quente até a metade e deite-se nela, durante 30 minutos.

● Fazer um chá com os fiapos do capim-limão. Adoce e beba bem quentinho.

● Misture 3 colheres (sopa) de água, 3 colheres (sopa) de vinagre e 2 colheres (chá) de açúcar num copo e tome a seguir.

● Amasse 3 galhinhos de avenca (plantinha cultivada em xaxim), coloque em um recipiente e despeje 1 xícara (chá) de água quente. Abafe por 2 minutos e tome quente com pouco açúcar.

● Faça um chá com 5 brotos de hortelã miúda. Beba quente.

● Encha uma garrafa de água quente e tampe-a. Depois deite-se e vá rodando a garrafa sobre a barriga até a água esfriar.

● Coloque, nas virilhas e na barriga, compressas de água quente. Troque sempre que esfriar. Serve também para quando a menstruação atrasa.

● Ponha um pouco de água quente numa bacia, deixando os pés de molho durante 5 minutos.

● Coloque um pouco de azeite doce (macieiro) na mão e passe na barriga.

● Faça um chá de louro e adoce com açúcar queimado. Tome o chá quente.

● Tome chá de losna com raiz de algodãozinho. É ótimo para todas as infecções gástricas.

113 Cólicas e diarreia

● Pegue um pouco de casca seca de coentro e cozinhe em um pouco d'água. Tome quando esfriar.

114 Cólicas em bebês

● Triture gengibre e envolva-o num pano fino. Em seguida, pingue água morna sobre o gengibre, e aplique, massageando o umbigo do bebê.

● Aquecer 1 colher (sopa) de óleo de canola com 1 folha de hortelã e passar sobre o momo, sobre a barriga do bebê, fazendo uma leve massagem.

118 **Cólica em recém-nascidos**

- Substitua a água por chá de erva-doce.

119 **Cólicas no estômago**

- Coloque 1 colher de polvilho (tapioca) em um copo d'água, esprema meio limão e beba esta solução.

120 **Cólicas nos intestinos**

- Quando você estiver com cólicas intestinais, mastigue alguns dentes de alho.
- Faça um chá com casca de romã. Tome aos poucos até sentir melhora.



- Tome um chá bem forte de erva-doce com camomila.

121 **Colite**

- Beba 2 ou 3 copos de suco de cenoura.
- Tome um chá da mistura de artemísia e camomila, fervido durante 20 minutos em 1/2 litro d'água. Bastam 2 colheres das de sopa, a cada 30 minutos, durante um ataque de colite.
- Coma durante alguns dias salada de cenoura crua ralada, acrescentando, se quiser, cebola, chicória e alface. Tome também suco de limão.

119 **Congestão dos pulmões**

- Uma xícara de sumo de mastruz (também conhecido como erva-de-santa-maria, mastruço, mentruz e ambrósia), misturado a 1/2 copo de leite com 3 colheres (sopa) de mel de abelha. Tome em jejum meia hora antes do café, durante 7 dias.

120 **Conjuntivite**

- Em 1/2 litro d'água filtrada coloque 17 gotas de álcool, 7 gotas de limão e 3 pitadas de sal. Lave o olho várias vezes com esta solução.

121 **Contusões**

- Ferva algumas folhas de louro por 6 minutos. Use em compressas sobre o local.
- Coloque sal sobre a área afetada e amarre com um pano. Umedeça um pouco o sal, se quiser.
- Soque algumas folhas de mastruz e coloque na região atingida, amarrando com uma atadura.
- Faça sobre a contusão uma fricção demorada com azeite. Coloque depois, por cima, uma compressa embebida em azeite.
- Cozinhe uma boa quantidade de ramos de carqueja. Lave o local atingido com a água do cozimento.
- Para evitar que o lugar da contusão fique roxo e inchado, aplique compressas frias de vinagre e sal.
- Amasse folhas ou sementes de girassol e use topicamente em contusões, escoriações, feridas etc.

122 Contusões ou ferimentos

- Amasse folhas de saão e aplique no local. Cubra com uma gaze.



123 Contusões ou manchas roxas

- Aplique no local um pouco de iodo em um pedaço de algodão. A mancha aumenta no início, desaparecendo logo depois.

124 Convulsões ou asfixia causada por vermes

- Triture alho, misture com vinagre e esfregue bastante no pulso, na garganta e no peito do doente. Deixe-o cheirar a solução, ela evitará que os vermes o asfixie e as convulsões cessarão.

125 Coqueluche

- Passar no liquidificador as folhas de mastroz, também conhecido como erva-de-santa-maria ou mastruço. Coe, ponha açúcar e leite fervido. Tome uma xícara bem quente após o café da manhã. Crianças devem tomar uma xícara pequena.
- Corte em fatias finas um umbigo de banana-são-tomé, junte uma cerveja preta e um tablete de rapadura. Coloque em uma panela e leve ao fogo por 30 minutos. Dei-

xe esfriar e tome às colheradas como xarope.

- Cozinhase a casca de angico (preso em zentos gramas), com meio pacote de açúcar e meio pacote de canela, até ficar um bolo bem grosso. Dar 1 colher das de sopa de sopa, 3 vezes ao dia.

- Corte uma berinjela em rodela e coloque-as com açúcar. Coloque em uma panela e deixe-as no sereno. No outro dia, retire as rodela e tome o líquido que sobrou.

- Retire as primeiras capas do mamão (ponta do cacho) da banana prata e coe o restante em pedaços pequenos. Deixe cozinhar bastante até tomar a consistência de mel. Tome 1 colher das de sopa de sopa, 3 em 3 horas.

- Beba diariamente 1 copo de leite com água, durante 7 dias.



- Tome um banho quente de 5 a 10 minutos, entrando a seguir na água fria. Isso 2 vezes ao dia, sempre com o estômago vazio.

- Faça um xarope com 3 folhas de jeira, 3 folhas de mangueira, 3 flores de neira (grande árvore cujos frutos formam a paina, também conhecida como paina-de-seda e barriguda), alguns cravos e açúcar. Ferva até ter consistência de xarope. De 1 colher das de sopa 4 vezes ao dia. Utilizado também para bronquite.

Coriza

- Pingar nos olhos e nas narinas algumas gotas de chá de alecrim, sem açúcar, 3 a 4 vezes ao dia. É ótimo para bebês.

Coriza ou nariz entupido

- Misture 30 ml de água de cal (medicinal) com 10 gotas de água oxigenada (10 volumes). Pingue 2 gotas em cada narina.

Corpo estranho em nariz de criança

- Para retirá-lo, a mãe deve encher seus pulmões de ar, unir seus lábios aos da criança, soprando no mesmo instante. Isto fará com que o grão seja expulso.



- Se a criança colocar qualquer objeto no nariz, dê-lhe para cheirar pimenta-do-reino moída e coloque-as em suas narinas com uma toalha de papel. Com o forte espirito, o objeto sairá.

129 Corpo estranho na garganta

- Quando um objeto é engolido e não pode ser retirado com pinça, tente provocar o seu deslocamento e expulsão dobrando o paciente para a frente, com a cabeça para baixo, e batendo-lhe nas costas, entre as omoplatas.

130 Corpo estranho no nariz

- Tente espirrar e, para isso, utilize pimenta-do-reino em pó. Com o espirro o objeto é expelido. Não utilize o dedo para retirar o objeto, pois pode dificultar o processo de remoção.

131 Corrimento da vagina

- Faça um chá com as folhas de erva-tostão e use-o em lavagens diárias.
- Coloque 1 xícara (café) de vinagre branco em meio bidê com água morna, e se enxágue durante 10 minutos. Faça a operação durante alguns dias, até notar diminuição no corrimento. Repita dentro de 1 mês.

132 Corte profundo na pele

- Enquanto não chega o socorro médico, lave o corte com água e sal de cozinha. Depois, repouse pelo menos 20 minutos para evitar hemorragia.

133 Cortes em geral

- Para estancar o sangue, aplique um pouco de clara de ovo.
- Para cicatrizar pequenos cortes, raspe uma cebola com uma faca, retire-lhe o sumo e passe o líquido sobre o corte. Este não inflamará e cicatrizará no dia seguinte.

134 Cortes, ferimentos ou arranhões

- Ferva algumas folhas de malva. Lave com este chá a parte afetada.
- Deixe em infusão no álcool algumas folhas de calêndula (bem-me-quer). Embeba um chumaço de algodão no líquido e aplique sobre o ferimento.

135 Cotovelos ásperos

- Para mantê-los claros e macios, friccione limão todos os dias.

136 Cravo duro no pé (esporão)

- Cubra com vaselina toda a parte afetada pelo cravo. Em seguida, faça um banho com o seguinte preparado: folhas de arruda, de eucalipto e sal, fervidos.

137 Cravo na sola do pé

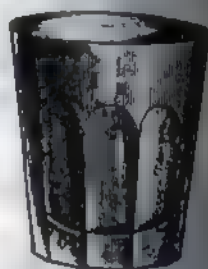
- Para evitá-los, use sapatos com forro de couro de jacaré que puxa totalmente os cravos.

138 Cravos e espinhas no rosto

- Para soltar cravos, bata no liquidificador 1 tomate sem semente e coloque, por 20 minutos, sobre o rosto.
- Esfregue um sabonete nas mãos molhadas até produzir bastante espuma. Depois espalme as mãos no açúcar e esfregue levemente no rosto, deixando por 10 minutos. Lave com água fria.
- Faça uma máscara com 1/4 de abacate, metade de um mamão, 1 cenoura picada, 2 colheres (sopa) de chá de hortelã bem

forte e 1/2 xícara de leite. Bata tudo no liquidificador e aplique no rosto limpo. Faça isso durante 1 semana.

- Para combatê-los, passe no local afetado uma fina camada de nata de leite (creme) 2 vezes por dia.
- Lave um ovo com casca e coloque em um copo, cubra com suco de limão e deixe repousar por 24 horas. Depois retire o ovo e desfaça-o em um pires. Aplique nos cravos e espinhas e deixe secar. Repita 3 vezes ao dia, durante alguns dias.



- Coma pepino em forma de salada diariamente.
- Faça um chá forte de folhas de salvia e pétalas de rosas. Lave o rosto com este chá frequentemente.
- Esprema o suco de um limão maduro. Passe no rosto com um pedaço de algodão 2 ou 3 vezes ao dia.
- Misture limão e fubá. Aplique no rosto limpo, deixando por 20 minutos.
- Em um litro de álcool de cereais, jureta, cenouras, 3 maçãs e 1 pepino, todos de tamanho médio, bem picados. Deixe curar no álcool por 30 dias. Aplique no rosto diariamente.

tudo no 1
limpo. Faça
local abenço
leite (crus), 2

coloque
mão e dadas
retire o ovo
que nos cru
epita 3 vezes

141 Cravos no pé

● Guarde uma casca de banana até que fique bem escurecida. Esfregue sobre o cravo. 2 ou 3 vezes ao dia, até que ele se desprenda.

142 Crescimento dos cabelos

● O suco de repolho, aplicado no couro cabeludo, estimula o crescimento do cabelo. Aplique 2 vezes ao dia.

● Ponha, durante 8 dias, alguns galhos de alecrim verde em 1 litro de álcool. Friccione o couro cabeludo com esta infusão, diariamente.

● Junte partes iguais de pepino, cenoura, espinafre e alface. Bata tudo no liquidificador e coe, retirando o suco. Massageie a cabeça com a mistura, dia sim, dia não.

● Friccione, diariamente, óleo de mocotó no couro cabeludo.

que no rosto
da.

reais, junta 3
tados de te
Dixe curar
no rosto de

● Aplique, massageando, sumo da folha de melão-do-mato ou da folha de babosa.

141 Crise de tosse

● Mastigue um dente de alho em jejum e a crise passará.

142 Crosta na cabeça do bebê

● Para eliminá-la, dê um banho com chá de folha de figo, lavando a cabeça do bebê. Repita o banho até a retirada completa da crosta.

● Limpe 2 vezes por dia com algodão impregnado de parafina.

143 Cutícula inflamada

● Ponha no local um pouco de sal, por alguns minutos.



1444 Debilidade geral, raquitismo ou anemia

- Óleo de fígado de bacalhau que, além de ingerido, pode também ser esfregado no corpo.

1445 Dentes

- Para uma perfeita conservação dos dentes, tome as seguintes medidas: quando a criança trocar toda a sua primeira dentição (dentes de leite) pela segunda, aplique leite de cabra durante vários dias em sua gengiva (da criança). Isto conservará os dentes da criança livres de cáries.

1446 Dentes amarelados

- Pegue uma pedra macia de carvão, lave bem e esfregue nos dentes. Logo após, escove-os.
- Para clareá-los, esfregue ou mastigue folhas de goiabeira, pois elas contêm muita clorofila. Faça isso 2 vezes por semana.
- Torra no forno uma berinjela. Triture-a bem e misture o pó obtido em uma parte igual de sal. Coloque vinagre até virar uma pasta, e escove os dentes com esta pasta, lavando em seguida, a boca com água.

1447 Dentes amarelados ou mau hálito

- Em um copo d'água adicione 5 gotas de mercuriocromo. Faça gargarejos frequentemente.

1448 Dentes encardidos

- Raspe o caule do juazeiro. Com o pó obtido, escove os dentes.

1449 Dentes inflamados

- Em um copo d'água morna, pingue gotas de iodo. Bochechar várias vezes ao dia.
- Amasse bem alguns brotos de folhas de tomateiro e aplique sobre o dente afetado.



- Faça bochechos frequentes de chá de folha de tomateiro com um pouco de sal.
- Faça um chá (ou rescaldo) com 1 colher (chá) de pimenta-do-reino em 1/2 litro d'água. Bocheche por 5 minutos, com o líquido bem quente.
- Ferva, em uma vasilha, 2 copos d'água, 5 folhas de batata-doce e sal. Faça bochechos, 3 vezes ao dia.

1450 Desidratação

- Quando na fase inicial, bata uma clara de ovo até quase ao ponto de neve e misture a 1 litro de água fervida e a 1 colher (sopa) de sal. Dê aos poucos. O sal provoca a coagulação e faz com que se possa dar mais água à albumina da clara corta a desidratação.

• Esprema laranjas frescas, afervente o suco com um pouco de açúcar e beba-o quando estiver morno

• Tome imediatamente um cálice de cerveja preta (qualquer marca), repetindo a dose de 2 em 2 horas

Desmaios

• Triture um dente de alho e deixe a pessoa sentir o cheiro ao máximo. Em seguida faça uma leve massagem no pulso do paciente com alho esmagado

• Embeba um pequeno chumaço de algodão em uma solução de amônia, passando-o algumas vezes pelas narinas da pessoa desmaiada. Ela se recuperará rapidamente.

• Deitar a pessoa horizontalmente, afrouxar-lhe as vestes, e salpicar-lhe água fria ou friccionar-lhe os pulsos com uma mistura de água e vinagre. Fazê-la cheirar essência de amoníaco e esfregar-lhe os pés

Desordens na circulação

• Misturar flores de alfazema e folhas de saecum em partes iguais. Fazer um chá, usando 1 colher (chá) da mistura para 1 xícara de água fervendo. Tomar 1 xícara pela manhã e à tarde, durante várias semanas. É recomendável usar também o banho com a mesma mistura, devendo-se, neste caso, proceder da seguinte maneira: derramar 1 litro de água fervendo sobre 100 gramas da mistura. Deixá-la coberta durante 40 minutos, depois coar o líquido e acrescentar a água do banho. Banhar-se durante 10 minutos 3 vezes por semana. Como o efeito é estimulante, evite tomar o banho à noite

153 Destroncamentos

• Faça uma pasta de clara de ovo e enxofre, coloque no local atingido e amarre com um pano.

154 Diabete

• Tome chá de folhas de pé de graviola e de caramboleira sempre que sentir sede.

• Junta-se carqueja e pata-de-vaca e faz-se um chá.

• Faça um chá com folhas de sabugueiro e tome 3 xícaras por dia, durante 3 meses seguidos.

• Tome pela manhã 1 copo de coalhada, acompanhado de 1 colher de suco de limão.

• Faça um chá de casca de corticeira e tome, quando sentir sede, no lugar de água. Em 1 mês, você notará a baixa da taxa de açúcar

• Corte um galho de unha-de-vaca de mais ou menos 100 gramas, com folha e flor. Soque e coloque em infusão em 1/2 litro de álcool, durante 20 dias. Tome 20 gotas, todos os dias, pela manhã.



• Em 1 litro de álcool absoluto, colocar 200 gramas de casca de unha-de-vaca (cor branca), deixando em repouso durante 10 dias. Tomar em jejum 10 gotas com água, até que baixe a porcentagem de açúcar no sangue.

● Para tratar deste mal, faça chá das folhas, flores, casca e raízes do mororó.

● Faça um chá com 19 folhas secas de jambo em 2 litros de água. Deixe ferver até que fique 1 litro. Tome este chá durante 1 dia e só repita depois de 6 meses.

● Faça um chá com folhas e sementes da planta conhecida como fura-paredes, erva-de-santana ou quebra-pedra, na proporção de 10 gramas por 1 litro de água. Tome de 2 a 3 xícaras por dia.

155 *Diarréia*

● Em um copo de água fria misture 1 colher e meia (chá) de maizena, suco de 1 limão e 1 colher (chá) de açúcar. Beber no lugar de água.

● Coma 3 alcachofras por dia, cruas e com sal, ou em salada.

● Ferva 25 gramas de arroz em 1 litro de água, durante 1/2 hora. Beba antes das refeições.

● Coloque 20 gramas de amido dissolvido em 1/2 litro de chá de raízes de malva.

● Esmague e coe algumas amoras maduras. Leve ao fogo brando e deixe ferver até o ponto de xarope. Tome às colheradas.

● Forme uma papa de limão com farinha de mesa. Engula às colheradas.

● Tome chá de ervas, desde a manhã até a noite. É importante que você sue. Assim seu corpo fica limpo e expulsa os resíduos tóxicos.

● Tome 1 colher (chá) de polvilho doce misturado em 1/2 copo de guaraná (refrigerante).

● Faça um chá com casca de romã, casca de quina (árvore originária do Peru, conhecida por suas propriedades antitérmicas) e casca de goiabeira. Tome quando estiver frio.

● Faça uma dieta de maçã ralada. Polvilhe 1 quilo de maçã e coma-a a intervalos regulares durante o dia, às colheradas. Não coma mais nada. No dia seguinte a diarréia deverá ter passado.

● Molhe algum pão grosso (pão pretinho, por exemplo) em água quente durante 15 minutos. Beba a água e coma depois o pão molhado.

● Após colocar 1 colher (sopa) de farinha de trigo, 1 colher (sopa) de açúcar e o suco de 1 limão em um copo, encha-o com água. Com o auxílio de outro copo, bata esta mistura de um copo a outro, até que fique espumosa. Beba de uma só vez.

● Para cessar a diarréia, coma 1 a 2 maçãs.



● Faça uma fenda em uma bananeira, e retire a tampa. Ponha um pouco de açúcar e recolque a tampa. No dia seguinte, retire a água que ficou na fenda e beba-a em 2 vezes. Serve para adultos e crianças.

● Ferva couve-flor em água com um pouco de manteiga, pão torrado e sal. Beba esta solução frequentemente, no decorrer do dia.

● Faça um chá de cascas de laranja bem secas. Beba-o morno.

● Tome 1 xícara de chá de casca seca de cebola.

● Faça um chá com 10 folhas de quina-do-mato e 1 copo d'água. Tome no lugar da água, todos os dias.

156 Diarréia de neném

● Se o neném está com diarréia, bata 1 clara de ovo em neve, coloque-a num pano e ponha sobre a barriga do bebê.

● Cozinhe 2 colheres de arroz em 1 litro de água, até amolecer o arroz. Coe, e com o líquido obtido faça a mamadeira do bebê.

157 Diarréia e desidratação

● Com 1 litro de água filtrada faça um soro, adicionando 1 colher (café) de sal e 1 colher (sopa) de açúcar. Tome 1 copo do soro de hora em hora.

158 Diarréia no período de dentição

● Cozinhe um pouco de raiz de sapê e dê aos poucos durante todo o dia.

159 Difteria

● Tome e faça gargarejos com suco de cebola crua e ralada, misturado com um pouco de azeite de oliva.

160 Disenteria

● Tome um chá forte da casca do caule de jambolão, também chamado jamelão. Beba em grande quantidade no lugar de água.

● Quando o bebê estiver com disenteria, dê a ele água de arroz cozido.

● Para cessar rapidamente, coma 3 bananas, de preferência geladas.

● Bata uma clara de ovo em neve. Engula em jejum, com um copo de água. Conforme o caso, repita por 3 dias consecutivos.

161 Disenteria ou diarréia

● Faça um chá de folhas de algodoeiro na proporção de 10 gramas de folhas para 1 litro de água. Tome 4 a 5 xícaras por dia.

162 Distúrbios das vias urinárias

● Faça um chá de folhas de begônia (planta ornamental). Tome 1 xícara, de 3 em 3 horas.

● Faça um chá de barba de milho. Tome 3 vezes ao dia.



- Prepare uma infusão de 20 gramas de hera terrestre em 1 litro de água fervente. Tome 1 litro por dia.

- Corte grama comum, amasse-a e deixe ferver por 1/2 hora em água. Coe e tome em porções adoçadas.

163 Distúrbios do estômago, do fígado ou enjôos

- Faça um chá preto com casca de cebolas e 2 folhas de louro. Tome aos pouquinhos, durante o dia.

164 Diurético

- Ferver barba de milho em 2 litros d'água, durante 10 minutos. Filtre a infusão e beba durante o dia como água.

165 Doenças da pele

- Coloque folhas de janatuba de molho em 1 litro de água. Deixe durante algumas horas. Tome 1 copo desta água por dia.

166 Dor clática

- Limpa-se uma boa quantidade de alpo, corta-se em pequenos pedaços e ferve-se bem com alhos, cebolas e algumas gotas de azeite. Tomar com bastante suco de limão.

167 Dor clática ou gota

- Faça cataplasmas e compressas quentes com folhas de eucalipto. Aplique na região dolorida e fique em repouso.

168 Dor de barriga

- Tome uma colher de vinagre num copo d'água.

- Escolha algumas folhas de parreira, verificando se não têm remédios para pragas,

e leve para ferver com água até que esteja que esverdeada. Tome morno, aos poucos.

- Esmague algumas folhas de santa-maria, e misture-as em um copo de leite. Coe e beba em seguida.

- Junte algumas folhas do pé de mico, leve ao fogo com uma colher (sopa) de açúcar, por 10 minutos. Deixe esfriar e beba.

- Faça um chá de erva-cidreira e morno, 2 vezes ao dia.

- Em 1/4 parte d'água, coloque 1/4 de nagre tinto. Junte 4 colheres (chá) de polvilho azedo. Misture e deixe por alguns minutos até que o polvilho se dissolva. Tome uma só vez. Repita a operação, se necessário, logo.

- Faça um chá de casca de jabuticaba. Beba periodicamente.

- Coloque em uma vasilha, com 1/2 litro de água, 2 folhas de laranja-da-terra e um pedaço da casca da laranja-da-terra. Deixe ferver por 5 minutos. Beba à vontade e com açúcar.

169 Dor de cabeça

- Amasse bem 5 folhas de camomila e coloque em 1/2 copo de água com 1 colher de bicarbonato de sódio. Espere 3 minutos e beba.



- Seque ao sol algumas cascas de laranja. Depois de secas, guarde-as para quando necessitar. Use em forma de chá.

• Tome chá de folhas de sálvia com açúcar a vontade

• Faça um chá de alfazema na proporção de 8 gramas por litro de água, tomando de 3 a 4 xícaras por dia. Também indicado para nervosismo. Em cataplasmas quentes, acalma as dores reumáticas.

• Faça uma xícara de chá preto sem coloração com açúcar, tome e depois se deite.

• Merquille as mãos em uma bacia de água quente e coloque na cabeça uma bolsa de gelo. Explicação: a água quente dilata as veias das mãos, fazendo com que o sangue circule mais facilmente. As veias da cabeça sofrem vasoconstrição (diminuem de volume) e acabam com a compressão contra a caixa craniana, eliminando a dor.

• Para acabar com a dor de cabeça e a tonteira provocadas pela embriaguez, chite amonilado.

• Faça chá das seguintes ervas: 10 folhas de alfazema, 3 galhos de alecrim; 3 folhas de senna, 3 folhas de cidreira de folha redonda, 3 folhas de amuda, 1 litro d'água. Tome este chá quente e se agasalhe bem. Logo a dor cessará.

• Embrulhe em um pedaço de pano alguns cubos de gelo e coloque na fronte por algum tempo.

• Acabe com a dor de cabeça (cefaléia) preparando em copos diferentes uma limonada e uma solução de 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio em 1/2 copo d'água. Beba a solução antes da limonada e fique meia hora sem ingerir coisa alguma.

• Pegue uma folha de mamona, leve ao fogo e quando estiver bem quente, enrole-a num pano e coloque em volta da cabeça.

• Quando sentir dor de cabeça, tome um copo de suco de cereja e a dor passará rapidamente.

• Faça uma mistura de pó de café com manteiga ou óleo e espalhe sobre a testa, colocando um papel bem fino por cima. A dor cessará imediatamente.

• Queime a ponta de um barbante, apague-o e aspire profundamente a fumaça.

• Ponha rodelas de batatinha crua sobre a testa, durante alguns minutos.

• Utilize uma folha nova de café, coloque-a no fogo e deixe-a esquentar um pouco. Pingue algumas gotas de cânfora sobre a folha quente e, em seguida, coloque-a num pano, amarre-a então na testa, até a dor desaparecer.

• Deite na cama, com os pés apoiados na cabeceira, de forma que eles fiquem bem altos. Relaxe o corpo e respire fundo 10 vezes seguidas, com os braços bem soltos e abertos. Fique deitado de 10 a 15 minutos por dia.

• Espalhe alho moído na testa que a dor cessará rapidamente.

• Para cessar a dor de cabeça, aperte com um dedo por alguns minutos, a região localizada entre os olhos.



se ferver por pouco tempo. Com esta solução ainda morna, faça bochechos várias vezes ao dia.

- Lave em água quente um punhado de barbas de milho. Depois, deixe por alguns minutos no vapor de água com vinagre. Coloque no dente doído por 30 segundos.

- Prepare uma infusão com 6 gramas de folhas de agnã-do-pará (nhambu). Deixe esfriar e tome 1 xícara.

- Para aliviar dor de dentes, na falta de anestésicos, use um algodão embebido em conhaque, rum ou uísque.

- Faça bochechos com chá quente de erva-cidreira.

- Ferva um copo d'água com 3 colheres (sopa) de vinagre e 1 colher (sopa) de sal. Gargareje com a solução ainda quente.

- Moa um cravo e coloque-o sobre o dente.

1. Dor de dente ou inflamações

- Ferva algumas folhas de feijão-guando, deixe amornar e bocheche várias vezes por dia.

2. Dor de garganta

- Faça um chá com algumas folhas de malva. Deixe esfriar e coe. Gargareje 3 vezes ao dia.



- Parta uma romã em cruz e leve ao fogo com um pouco d'água para cozinhar. Faça gargarejos com a água do cozimento.

- De manhã, antes de escovar os dentes, engula um pouco de sal. Repita durante 2 semanas seguidas.

- Pincele as amígdalas com azul-de-metileno, durante 5 dias. Use na hora de deitar.

- Coloque um pouco de angu quente (em temperatura suportável) sobre um pano e amarre-o (o pano) no pescoço. Quando o pano for esfriando, troque o angu. Repita 3 vezes.

- Faça gargarejos, durante alguns minutos, com uma solução de limão e 2 colheres (chá) de sal, 3 vezes ao dia.

- Salpique sua garganta com soro de leite concentrado.

- Faça gargarejos com salmoura quente.

- Chupe uma fatia de limão.

- Misture, em um copo, 2 colheres (sopa) de vinagre, a mesma quantidade de água quente e 1 colherinha de sal. Gargareje.

- Ferva 9 folhas de figueira em 1/2 litro de água. Tome, sem açúcar, 3 vezes ao dia.

- Faça gargarejos com água quente misturada com suco de limão.

- Coloque 1/2 quilo de farelo de cereal numa chaleira com 8 copos de água fervente. Acrescente um pouco de mel para dar gosto. Deixe ferver de 20 a 30 minutos, e depois espere esfriar. Beba pelo menos 8 copos durante o dia.

- Para aliviar a dor de garganta, enrole no pescoço um pano embebido em álcool.

- Faça gargarejos com chá de gengibre morno, 6 vezes ao dia.

- Corte um limão em pedaços e jogue água fervente por cima. Amasse bem 3 dentes de alho e junte à mistura. Coe e faça gargarejos.



- Faça gargarejos com suco de cidra misturado com o dacoto (cozimento) de cebola e mel.

173 **Dor de garganta ou** **tosse**

- Ponha um pouco de açúcar na boca e vá sorvendo bem devagar.

174 **Dor de ouvido**

- Faça um mingau consistente de fubá. Ainda quente, coloque em dois pedaços de pano e aplique na forma de compressa em ambas as orelhas. Cuide para que não esteja muito quente a ponto de queimar; mantenha as compressas até esfriar.

- Esquente no fogo uma folha de bálsamo-mirim. Depois esprema e pingue algumas gotas do sumo morno no ouvido afetado.

- Esprema uma flor de algodão. Molhe um chumaço de algodão no sumo, pingue 3 gotas no ouvido afetado e tape com o próprio algodão.

- Molhe um pedacinho de algodão em álcool, esprema-o bem para que saia o líquido. Então coloque o algodão no ouvido.

- Contra as dores de ouvido, freqüentemente em bebês novinhos durante viagens a lugares de maiores altitudes, ofereça uma vez em quando, em mamadeira, uma colher de chá ou de água fervida. Isto faz com que a pressão ocasionada por estas diferenças de altitudes não o moleste.

- Coloque uma gota de mel de abelha no ouvido afetado, 2 vezes ao dia.

- Misture sumo de folhas de arruda com leite materno, embeba em um chumaço de algodão e coloque no ouvido afetado.

- Pingue 2 gotas de azeite morno e coloque junto ao ouvido uma bolsa de água quente.

- Esprema bem algumas folhas de arruda e pingue 3 gotas no ouvido.

- Pegue a vagem do algodão, amasse-a, abra, esquente e, quando estiver morna, esprema 3 gotas no ouvido. A mais nova é melhor.

- Levante bem a cabeça, apoiando-a em travesseiros, e depois coloque um saco d'água quente sobre o ouvido afetado.

- Derreta banha de galinha e deita-a em uma panela, coloque algumas gotas no ouvido, tampando-o com algodão.

- Frite vários miolos da flor copo-de-leite em óleo caseiro. Quando sentir a dor no ouvido, embeba algodão nesse óleo e coloque-o no ouvido.

- Use um chumaço de algodão embebido em glicerina aquecida, 3 vezes ao dia, fazendo sempre o chumaço. Em alguns dias a dor cessará.

- Aqueça uma toalha, ou um pano qualquer, no calor da chama do fogo, e coloque sobre o ouvido. Evite fragem

- Ponha uma gema em uma panela, leve ao fogo, tendo cuidado para não queimar. Retire o óleo que a gema irá desprender e, com o auxílio de um chumaço de algodão, pingue algumas gotas no ouvido.

- Pingue algumas gotas de leite materno e a dor cessará

Dor e inflamação do ouvido

- Em 1 colher das de chá coloque 1 folha de arruda e um pouco de azeite de oliva. Esquente-a até ficar morna, depois pegue-a em um pedaço de algodão, colocando-a no ouvido. Se não tiver arruda, use só o azeite



176 Dores e infecções do estômago

- Bata 1 litro de leite (fervido previamente) com uma boa quantidade de mastruz (erva-de-santa-maria). Guarde na geladeira. Tome 1 cálice antes das refeições.

177 Dores em geral

- Friccione o local dolorido com folhas de funcho.

178 Dores lombares ou picadas de insetos

- Coloque, em um vidro largo, 1/2 litro de álcool, um punhado de alecrim seco ou verde e uma pedra de cânfora. Soque com cuidado. Feche bem o vidro e guarde para usar quando precisar.

179 Dores musculares

- Coloque em infusão no álcool, por alguns dias, a folha de costela-de-adão. Com o líquido massageie o local afetado, principalmente antes de dormir.
- Triture 3 folhas de copo-de-leite e coloque em álcool. Deixe até o dia seguinte. Depois, faça massagens com este líquido.

180 Dores na coluna

- Ponha um cobertor no chão, aberto o suficiente para se enrolar. Umedeça uma toalha felpuda em água fervente e coloque-a dentro de um saco plástico. Coloque-a depois no meio do cobertor e deite-se em cima dela, enrolando-se com as pontas do cobertor, até esfriar. Repita por mais 2 ou 3 vezes.
- Ponha as sementes do melão-de-são-caetano em infusão no álcool, durante 1 semana. Faça aplicações na região lombar.

- Coloque em uma garrafa: 1/2 litro de álcool, 2 caroços de abacate picados e algumas sementes ou folhas de eucalipto. Deixe em repouso por 48 horas. Aplique em massagens leves na região dolorida.

- Para aliviar dores na coluna e bico-de-papagaio, pegue 6 pedaços de casca de pau-ferro, com aproximadamente 10 centímetros de comprimento, e coloque-os num recipiente para infusão com água, aguardente ou vinho, até que um destes líquidos adquira a cor da casca medicinal. Tome este líquido quando sentir sede ou às refeições.



181 Dores nas articulações

- Passar sebo de carneiro (quente) nas regiões doloridas.

182 Dores na sola do pé

- Fazer uma pomada de lentilhas cozidas em vinagre e aplicar, morna, na parte dolorida.

183 Dores no estômago

- Coloque 1 colher (sopa) de vinagre de sidra de maçã e 1 colher (sopa) de mel

numa xícara com água fervida. Misture bem e, quando a temperatura baixar, beba vagarosamente. Tome 3 xícaras por dia.

- Tire o centro, as sementes e pique as maçãs. Adoce-as com um pouco de mel e mel. Coma-as bem devagar com um pouco de leite.

- Ponha uma toalha sobre o estômago e, em seguida, coloque pedras de gelo sobre a toalha.

- Um bom remédio é o chá de camomila com limão ou chá de erva-doce com mel quente. Recomenda-se para dor de estômago causada por má digestão.

- Faça um chá de noz-moscada com mel doce. Tome antes de dormir ou quando estiver sentindo dores.

- Quando estiver com a sensação de estômago "pesado", molhe um pano em uma mistura de água quente e vinagre. Dobre as costas e coloque o pano sobre o estômago. Em breve o estômago funcionará normalmente.

- Ponha algumas cascas de ovo para secar ao sol. Depois de secas, moa as cascas até que fique um pó bem fininho. Ponha na boca e depois tome meio copo d'água para facilitar a descida do remédio.

- Cozinhe um punhado de chuchu em água durante alguns minutos. Tome o caldo da manhã, e 1 xícara à noite, ao jantar.

- Coma uma folhinha de bálsamo de mel.

- Ferva várias folhas de losna em 1 litro de água e tome, depois de coado, com mel.

• Faça um chá bem doce de casca de laranja seca, com alguns pedaços de canela em pau. Tome bem quente 2 xícaras por dia.

• Frite 1 cenoura previamente cozida e unte 1 colher de mel. Coma esta mistura sempre que sentir dor de estômago.

• Coloque um feixe de folhas de golabeira em uma caneca d'água e deixe ferver por 10 minutos. Retire do fogo, deixe esfriar e tome o sumo de um limão inteiro. Beba em seguida.



• Coma 3 bananas-prata com mel, em jejum, por vários dias seguidos.

Dores nos rins

• Tome chá de quebra-pedra misturado com folhas de abacateiro.

• Faça um chá de salsa e tome 1 xícara, 3 vezes ao dia.

• Tome no lugar de água, chá de folhas de abacateiro.

• Ferva alguns pedaços de frutos de cerejeira do campo (ou do mato), em 1 litro de água. Adoce e coloque na geladeira, e vá tomando diariamente no lugar da água.

• Beba um chá feito de viúvinha (pequena folha verde e roxa), sempre que sentir sede.

• Faça um chá bem forte com um caroço de abacate e algumas folhas de quebra-pedra, tomando 3 vezes ao dia.

• Tome chá de folhas de abacateiro ou chá de folhas de caramboleira durante o dia.

185 Dores provocadas por queda

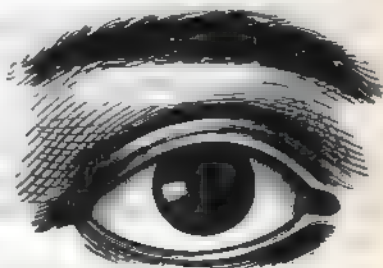
• Soque bem um punhado de amica verde, esprema e coe o sumo. Tome aos pouquinhos.

186 Dor localizada

• Leve ao fogo 1 xícara (café) de farinha de trigo com 1/2 litro de água e 1 colher (chá) de sal. Depois de pronto o mingau, deixe amornar e aplique no lugar da dor.

187 Dor nos olhos

• Pegue algumas folhas de arruda e deixe de molho em água fria. Banhe os olhos algumas vezes ao dia.



188 **Eczema ou ferida aberta**

- Lavar com uma solução de 1% de sal marinho (não refinado), comprimindo levemente as bordas até que se unam. À noite, tomar meia colher de GERSAL (sementes de gergelim torradas e moídas com sal).

189 **Eczemas**

- Não lave com água e sabão. Use azeite de oliva.
- Para eliminar as eczemas do couro cabeludo, passe vaselina branca esterilizada sobre o local, deixando por 1 dia, e a seguir lave a cabeça. Repetindo a aplicação por 3 a 4 dias seguidos, o eczema desaparecerá.

190 **Emagrecimento**

- Ferva 9 jilós, cortados em cruz, em 1 litro d'água, até que reste 1/2 litro. Espere esfriar, coe e beba 1 copo pela manhã em jejum, durante vários dias.
- Faça um chá de folha de cana-de-açúcar e tome todos os dias em jejum, durante 5 dias. Pode prosseguir por mais 5 dias.
- Faça um chá de carqueja (planta medicinal encontrada no campo). Deixe ferver por alguns minutos e tome o chá morno e sem adoçar, 3 vezes ao dia, após as refeições.
- Triture 1 dente de alho e ponha em 1 copo d'água, deixando por uma noite. Pela manhã, beba a água em jejum. Faça isso durante alguns dias.

- Tome, sempre que sentir sede, as folhas de cajueiro (sem açúcar) geralmente ao natural.

- Tome chá de folha de cenoura após as refeições.



- Faça um chá com folhas de peroba e deixe abafado por 20 minutos. Tome 1 copo quente às refeições.

- Faça um chá com 5 folhas de urtiga e graviola, em 1 litro de água sem adoçar. Tome diariamente.

- Faça um chá de graviola e cana-de-açúcar (encontradas em casas de ervas). Deixe a infusão por 5 minutos e tome após a refeição. O chá deve ser sem açúcar e a graviola não pode ser seca.

- Em 2 litros de água, junte 5 folhas de louro e 4 alhos cortados em cruz. Deixe ferver até reduzir a água à metade. Beba à vontade.

- Faça um chá de folhas de morangueiro e tome várias vezes ao dia, sem adoçar.



- Tome 1 copo de água morna, em jejum, todos os dias.

Embotamento dos dentes

- Esta sensação produzida pela ação de frutos verdes ou ácidos é corrigida enxaguando-se a boca com uma solução de bicarbonato de sódio.

Embriaguez

- Se for a uma festa e achar que vai exagerar na bebida, tome antes de sair de casa 1 colher (sopa) de azeite de cozinha — e vá à vontade!

Engasgo

- Excrema algumas gotas de limão na garganta. O objeto obstruidor descerá, devido à ação na mucosa.

- Engula um pedaço de pão com vinagre. Em seguida, tome um copo de leite para evitar irritações.

194 Engasgo com espinha de peixe

- Ao engasgar-se com espinha de peixe, ingira um ovo cru.
- Quando ficar presa na garganta, corte um limão ao meio e vá chupando devagar. Alivia a dor e ajuda a amaciar a espinha.
- Comer 1 colher (sopa) de farinha com miolo de pão. A espinha descerá.

195 Engasgo em crianças

- Erguê-la pelos dois braços. O peso do corpo fará com que a traquéia se dilate, deixando o ar passar livremente.
- Quando uma criança estiver engasgada com algum objeto, coloque-a de cabeça para baixo no colo e dê-lhe fortes tapas nas costas, para que ela tussa e coloque o objeto para fora.

196 Enjôo após viagem

- Tomar um pouco de água de azeitonas bem gelada.

197 Enjôo de gestante

- Ferver 4 folhas de erva-cidreira em um pouco d'água, coar, pôr 1 pitada de sal e beber.

198 Enjôo em viagem

- Chupar balas de hortelã durante a viagem.

199 Enjôo, náuseas ou azia

- Faça um chá de cascas secas de cebolas e folhas de louro em um pouco de água. Tome 1 xícara ao sentir-se mal.

200 Enjôo, principalmente na gravidez

- Chupar bastante gelo.

201 Enjôos

- Ótimo para enjojo, inclusive o marítimo, é cheirar limão ou mesmo mastigá-lo.



- Se costuma enjoar em viagens, antes de viajar tome 1 colher (sopa) de mel e repita a operação a cada 15 minutos.
- Coma um tomate em fatias e bem salgado.
- Ferva 1 colher (café) de noz-moscada em 1/2 copo d'água. Coe em um pano fino e beba ainda morno.
- Para quem tem facilidade de enjoar, principalmente em viagens, antes masque um pouco de canela.

202 Enjôos em geral

- Mastigue gelo ou beba água bem gelada.
- Uma xícara de chá preto antes das refeições previne as náuseas.

203 Enjôos ou vômitos

- Coloque em uma xícara de água fervente folhas de pé de caqui, secas ou verdes e um pedaço (pequeno) de gengibre. Adoce com 1 colher (chá) de mel.

204 Entorse

- Imobilize a articulação atingida, aplique do uma bolsa de gelo ou compressas frias. Levante a parte afetada para evitar inchaço.
- Soque bem algumas folhas de sálvia e coloque um pouco de sal. Ponha em um pano fino e aplique sobre o lugar atingido. Deixe por algumas horas.

205 Envenenamento

- Provocado pela ingestão de alimentos estragados, medicamentos etc. Faça-a vomitar (ponha o dedo na garganta) e faça-a beber água morna com margarina derretida).

206 Envenenamento causado por produtos cáusticos

- Faça a pessoa beber imediatamente água com sabão, na seguinte proporção: 10 gramas de sabão para 1 litro de água. Não dê água pura, pois dilui o ácido e aumenta a queimadura.

207 Envenenamento causado por soda cáustica

- Beber água em abundância. Use também manteiga derretida, óleo de coco ou ovos crus. Não provocar vômitos.

Envenenamento por via oral

A pessoa deve tomar uma mistura de 2 porções de carvão vegetal em pó (pão torrado, queimado, moído), 1 porção de leite de magnésia, 1 porção de chá bem forte; 5 porções de água.

Enxaqueca

Após aquecer um ovo em água fervente durante 3 minutos, pique 3 grãos de pimenta-do-reino, até reduzi-los a pó. Misture-os com o ovo ainda quente, e beba.



- Misturar folhas de roseira trituradas com farinha de trigo e vinagre. Aplique em compressas sobre as têmporas.

- Sentado numa cadeira, coloque a cabeça sobre os joelhos e force-a para cima ao mesmo tempo em que as mãos, apoiadas na nuca, forcem a cabeça para baixo. Cura enxaquecas e tira tonturas.

- As folhas de laranjeira, levemente assadas e aplicadas na cabeça, aliviam as dores.

210 Enxaqueca persistente

- Aplique nas têmporas cataplasmas de folhas de limeira.

211 Epilepsia

- Deite o doente numa superfície plana e erga suas pernas; ou coloque travesselos e almofadas sob os quadris. É vital que a cabeça fique mais baixa que o corpo. O oxigênio vai até o cérebro e ele logo recobra os sentidos.

212 Equimoses

- Use manteiga em pequenos acidentes, como tombos e pancadas. Aplique uma camada generosa sobre as partes afetadas (cotovelos e joelhos, por exemplo), isso evitará que a região machucada fique inchada e roxa.

213 Erisipela

- Para tratar de erisipela, faça uma infusão com folhas da pitangueira e aplique-a no local.

- Faça um chá com algumas cascas de ipê-roxo e tome à vontade.

- Faça chá de coentro roxo e tome 3 goles por dia; passe também no local afetado.

222 Espinhos ou farpas encravados

- Para retirá-los de qualquer parte do corpo, use, no local, fei de boi. Depois de algumas horas eles sairão.

- Faça uma papa de farinha de mandioca com algumas gotas de azeite e água. Espalhe sobre um pano e aplique no local.

- Pegue um pedaço de sabão em pedra (virgem), raspe e faça uma espécie de pasta, misturando-a com água. Aplique esta pasta sobre o local onde penetrou o espinho ou a farpa, cobrindo com um curativo. Espere algum tempo e retire o curativo com o sabão: este puxa o espinho.

- Para retirar espinhos difíceis, coloque sobre o local um pedaço de carne fresca de rã com um pouco de sal. As contrações da carne de rã retiram o espinho.



- Aplique sobre o local sementes de tomate maduro quentes em um pedaço de gaze ou algodão.

- Passe "leite" de mangueira no local afetado.

- Coloque sobre o local um pedaço de toucinho cozido e quente. O corpo estranho sairá facilmente.

- Passar um algodão embebido em iodo, no local onde penetrou a farpa. Esta fica mais visível e, com um alfinete ou agulha esterilizados, retira-se a farpa.

223 Espirros

- Para combater uma crise, enrole um chumaço grande de algodão na ponta de uma agulha de tricô (de metal) preta ou outro material que possa ir ao fogo. Deixe tostar o algodão e aspire a fumaça 5 vezes por ambas as narinas. A crise cessará imediatamente.

224 Espirros causados por alergia

- Ferva hortelã (caseira) em uma chaleira e aspire o vapor quente.

225 Estafa, angústia ou ansiedade

- Tome, diariamente, 1 copo (chá) de café com açúcar.

226 Estancar a hemorragia e cessar a dor quando se extrai um dente

- Pegar um copo com água pelo meio e colocar 1 colher (chá) de água oxigenada e 2 colheres (chá) de sal. Sorver e deixar a mistura por alguns segundos na boca. Fazer 3 vezes por dia.

227 Estancar o sangue causado pelas lâminas de barbear

- As pequenas hemorragias causadas pelas lâminas de barbear, são facilmente paradas com a aplicação de um pouco de "leite" extraído da bananeira.

228 Estimulante geral

- Faça uma infusão com 1 litro de água branca, seco, e 100 gramas de cascas de cascas, deixando curtir por 5 dias. Beber 3 vezes ao dia. Filtre e tome antes das refeições.



235 **Fadiga nervosa**

- Use compressas de água quente sobre a nuca e em volta dos pulsos.

236 **Falta de appetite**

- Mastigue algumas folhas de salsa, meia hora antes das refeições.
- Lave bem uma raiz de gengibre e corte-a em rodelinhas. Coloque-as em um vidro e cubra com vinagre. Feche bem o vidro e deixe em repouso por 3 dias. Coma algumas rodélas, antes ou durante as refeições.

237 **Farpas encravadas**

- Para retirar uma farpa de madeira que tenha penetrado na pele, tira-se a casca da

árvore canela-guiacá e extrai-se o suco que é colocada no local onde penetrou a farpa. Deixe por 1 dia e a farpa será puxada pela seiva.

238 **Fastio**

- Faça um mingau de farinha de mandioca com bastante sal e tome meia xícara de limão.

239 **Febre**

- Para diminuir a temperatura faça um emplastro utilizando agnã, espinaço de couve; esmague-os e aplique na testa.
- Friccione quinino da nuca até o final da espinha, e também nos braços e pernas.
- Coloque compressas de vinagre nas axilas do doente.
- Aplique cataplasmas refrescantes de folhas de couve.
- Para diminuir a febre, colocar compressas de álcool nas axilas e nos pés. Pode-se também, no corpo todo, passar algodão.
- Corte algumas rodélas de batata-doce e coloque-as na testa amarrando com um pano. Troque quando murcharem.
- Para abaixar a temperatura faça um chá de eucalipto. Tome 1 xícara pequena de chá em 6 horas.

- Em 1 litro de água fervente, coloque 5 folhas de cinamomo. Deixe em infusão por 10 minutos. Banhe as feridas com este chá.

- Para a cicatrização mais rápida, ferva um punhado de folhas de picão (dois-amores) e banhe a ferida com essa infusão. Pegue outro punhado de folhas, torra-as até se transformarem em pó e coloque o pó sobre a ferida.

- Tire o sumo da erva rubim, amassando bem as folhas verdes. Aplique diretamente na ferida. Faça isso todos os dias.

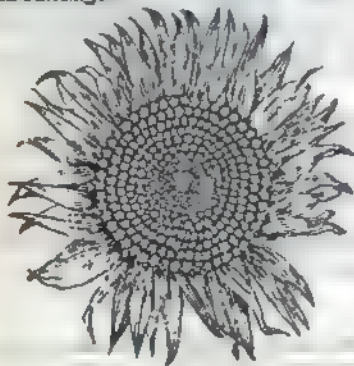
- Ferva rosas brancas, secas, em leite adoçado. Retire as rosas e coe a mistura. Beba o líquido.

- Passe leite de pinhão-roxo 2 vezes ao dia.

- Pegue sementes de pinhão-roxo (planta medicinal), deixe-as secar ao sol, torra-as e triture-as até virarem pó. Feito isso, espalhe o pó sobre as feridas, que em poucos dias cicatrizarão.

244 Feridas e úlceras

- Amasse uma certa quantidade de sementes de girassol e aplique no local com uma bandagem.



245 Feridas infectadas

- Ferva durante 2 minutos algumas folhas de aipo. Use para banhar as feridas com a água ainda morna.

246 Ferimento inflamado provocado por prego

- Após limpar o ferimento, aplique no local uma papa de arroz com cebola crua. Cubra o ferimento com um pano limpo e gaze. Repita a aplicação, até desaparecer completamente.

247 Ferimentos

- Pegue algumas folhas de arruda, lave-as e esprema. Passe no local afetado.

- Soque algumas folhas de amora-mato e saião e aplique no local.

248 Ferimentos em animais

- Para cicatrizar ferimentos em animais, coloque sobre o local atingido um manto de folhas de saião com sal e cubra com esparadrapo, gaze ou pano limpo. Repita o curativo quantas vezes for necessário.

249 Ferimentos externos com ulcerações

- Amasse os frutos do loureiro com um pouco de mel e aplique no local.

250 Ferimentos inflamados ou doloridos

- Faça uma cataplasma de farinha de mandioca. Antes de ferver, adicione vinagre na água e deixe cozinhar a bastante. Depois de colocada no fogo, adicione azeite doce. A temperatura deve ser tolerável.

- Ferva água e despeje a em uma bacia, mantendo uma boa quantidade de água quente. Imediatamente mergulhe o pé em água quente e tente aguentar a água quente máximo que puder. Enxugue bem



- Corte um pedaço de fumo de rolo, algumas folhas de saão e um pouco de sal. Coloque tudo em uma vasilha e esquente. Com esta mistura, lave as regiões afetadas, pela manhã e à noite

- Passe nas freiras o óleo que sai da castanha torrada

- Ferva um pouco d'água junto com folhas de urtiga. Logo após aplique nas freiras

- Polvilhe fermento em pó entre os dedos, antes de se calçar

- Passe vinagre no local de manhã e à noite durante 7 dias

- Quando as freiras estiverem coagando, coloque as folhas de erva cordão-de-videira no local, várias vezes. Achará rapidamente

- Trate com tintura de benjoim

Freira ou pé-de-atleta

- Coloque uma chapa no fogão (tampa de uma chapa de assar pão) e coloque

sobre ela folhas de hortelã pimenta (folha larga). Quando estiverem quentes, coloque-as sobre as freiras. Repita o tratamento por alguns dias.



Furúnculos

- Misture mel de abelha com farinha de trigo até obter uma pasta. Aplique sobre o furúnculo em forma de compressa.

- Amarre em cima uma rodela de cebola, para aliviar a dor e facilitar a sua erupção.

- Para tirar o pus do furúnculo, coloque fumo-de-corda picado sobre o mesmo e cubra com uma folha de videira.

- Pegue algumas folhas de erva cordão-de-videira (rubim) e coloque-as numa panela velha. Torre-as bem e, depois de torradas, triture-as até virar pó. Deixe esfriar, em seguida adicione um pouco de gordura de porco, o suficiente para fazer uma pomada. Aplique no furúnculo.

- Amassar uma porção de folhas de língua-de-vaca e colocar sobre a região afetada. O furúnculo se dilatará, expelindo todo o pus existente.

- Coloque banha de tainha. A mesma deve ser retirada do peixe (na hora em que este for limpo) e frita sem sal. Pode-se guardá-la para outras ocasiões. Coloque-a em cima do furúnculo, que ela "puxará" a inflamação.

- Desinfete o local com água oxigenada ou éter, depois passe pomada de basilicão (vendida em farmácias). Cubra com gaze e esparadrapo. Repita a operação por 3 dias.

- Ferver um pedaço de fumo-de-rolô. Com a água da fervura banhar o furúnculo 2 vezes ao dia.

- Aplique óleo de semente de mamona, levemente aquecido. Coloque uma folha de mamona por cima e deixe por alguns minutos.

- Corte o fundo de um tomate maduro e despeje uma colher de azeite de oliva quente. Aplique sobre o local e deixe por algum tempo.

- Corte um tomate ao meio, retire as sementes e unte com banha de galinha derretida. Esquente-o em uma chapa e aplique sobre o furúnculo. Deixe-o esfriar na região e depois retire-o. Faça uma leve flexão e o furúnculo se abrirá. Limpe com água morna, seque e passe mercuriocromo.

262 Furúnculos e ferimentos inflamados

- Use fei de bol, amarrando certa quantidade em contato com o ferimento, durante

uma noite. O fei retira (puxa) o pus imediatamente. Pode-se conservar o fei em vidro fechado, por longo tempo.



263 Furúnculo sem olho

- Coloque pedaços de fumo em uma panela com 1/2 copo d'água e leve ao fogo. Mexa até que o fumo comece a se dissolver, então, adicione fannha torrada e uma papa, colocando-a ainda morna na cal do furúnculo. Em 2 dias o olho será

264 Furúnculos ou tumores

- Coloque uma folha de babosa no fogo. Quando estiver quente, retire a babosa (dentro da folha) e aplique sobre o tumor.

- Quando o furúnculo estiver maduro, bom de espremer, aplique sobre ele um pedaço de miolo de pão embebido em leite, deixando ali até o miolo secar.

- Em 1 colher de açúcar cristal, pingue algumas gotas de limão. Engula de uma só vez.

- Prepare um xarope de açúcar, bem forte, misturando 2 partes de açúcar em 1 parte de água. Gargareje cada porção durante 5 minutos, 5 vezes ao dia. Não engula o xarope gargarejado. Essa fórmula é muito eficaz para quem não pode comprar antibiótico.

- Use água oxigenada (10 volumes) misturada com água morna. Faça gargarejos, 5 vezes ao dia.

- Faça gargarejos com suco de tomate verde e aplique no pescoço compressas de tomate cozido com um pouquinho de azeite de oliva.

- Faça gargarejos com um chá feito de folhas de violeta.

- Isto pode ser eliminado com um chá de folhas de tamarindo com uma pitada de sal. Não é preciso tomar, apenas gargareje e a inflamação desaparecerá.

- Ferva algumas folhas de pitanguera em 1 copo d'água. Deixe esfriar e faça gargarejos.

- Pingue 3 gotas de iodo em 1 copo de água morna e gargareje 2 ou 3 vezes ao dia.

257 **Garganta inflamada ou enfermidades da laringe**

- Ferva durante 4 minutos 15 gramas de raiz de juncos em 1 litro d'água. Coe e gargareje ainda quente.

258 **Garganta irritada**

- Faça gargarejos de café amargo com sal, 3 vezes ao dia.

- Para aliviar coceiras na garganta e na tosse durante a noite, tome leite quente com um pouco de sal.

259 **Gases (aerofagia)**

- Tome chá de casca de canela, quando sentir necessidade.

- Tome chá de folhas de louro, com água.

- Pegue algumas folhas de biriba, soque em 1 copo de água fina até o car verde com o sumo. Coloque o sal e beba.

- Tome, diariamente, 1 xícara de biriba (emben).



- Coloque a pessoa deitada de barriga para cima, molhe uma toalha e enrolá-la sobre o abdômen da pessoa. Repita que 3 vezes e os gases serão eliminados.

- Se você tem problemas de gases, uma xícara de chá de ervas que eliminam os gases, é um etanol.

290 Hemorragias em geral

- Misture café em pó com suco de limão e aplique sobre o ferimento.

- Para estancar uma hemorragia (mesmo no caso de aborto), pegue 2 cascas de ovo de galinha caipira e triture até reduzi-las a pó. Coloque para ferver uma xícara de água. Quando estiver fervida, derrame sobre as cascas, deixando 5 minutos abafada. Em seguida coloque açúcar a gosto e beba.

- Para estancá-la, coloque sobre o local, pressionando, um pedaço de algodão embebido em tintura de aroeira. Esta tintura é preparada da seguinte forma: deixe no álcool, por 8 dias, a entrecasca da aroeira (árvore de valor medicinal), depois disso, coe a infusão.

- Quando o ferimento estiver sangrando e difícil de cicatrizar, pingue algumas gotas de limão sobre ele.



- Põe-se, sobre o ferimento, raspa do talo verde de coco da praia ou coco de babaçu.

- Coloque, sobre o corte, açúcar refinado. A hemorragia estanca em poucos segundos.

- Para estancar o sangue e cicatrizar rapidamente uma ferida, coloque leite de mamão sobre o ferimento.

- Queimar algodão até que fique preto e colocá-lo sobre o corte. Repetir até o sangue estancar. Deixar o algodão sobre o corte.

- Quando houver hemorragia causada pela extração de dentes, retire o líquido de um tronco de bananeira e faça bochechas com ele. O sangue estanca na hora.

- Para estancar o sangue de cortes superficiais, coloque uma pedra de gelo sobre o local.

- Passe gelo no local. Ele causará uma contração dos vasos, acabando com a hemorragia.

291 Hemorróidas

- Tome chá de folhas de figueira em água, sem açúcar, 2 a 3 vezes ao dia.

- Tome chá de melão-de-são-casimiro com barba-de-velho (cipó-do-reino), diariamente, 3 vezes ao dia.

- Libere os vapores do alho, colocando alguns dentes crus sobre uma chapa metálica quente. Submeta-se a três sessões de vapores, por 30 minutos, durante 3 dias.

- Sente-se durante algumas horas próximo aos vapores de uma chaleira de água fervente.

- Em uma frigideira limpa, coloque 12 gemas e leve ao fogo, deixando que as gemas liberarão um óleo. Deixe esfriar e coe este óleo em um vidro. Após o uso local, passe este óleo, inclusive sobre o deitar.

- Aplique no local compressas frias e gelo.

- Corte uma batata-inglesa no formato de um supositório, usando-a como tal.

Icterícia

- Coloque água num ouriço de castanha-do-pará. Deixe ficar algumas horas e tome no lugar de água constantemente.



- Tome chá de pirão.
- Tome 40 gramas de suco de agnãõ por dia. Para obter o suco, bata no liquidificador um molho de agnãõ, coe e empregue.
- Seque algumas folhas de agave. Bata em um pilão até reduzi-las a pó. Tome uma colher de sopa diluída em um pouco de água açucarada.

Impingem

- Pegue um pedaço de sabão e coloque em um fogo de impingem até que o sabão fique branco. O sabão pode ficar sobre a impingem por 1 dia. Repita o tratamento por 2 dias.

• Anque no local "choro" da lenha (resíduo que escapa da madeira que está no

- Passe saliva no local, em jejum, durante 5 dias.

- Irrite o local até sangrar, em seguida esfregue meio limão na fenda até parar de sangrar. Repita a operação 1 ou 2 dias após, caso seja necessário.

- Esfregue na área atingida e depois aplique sumo de coentro.

- Para curar a impingem, dissolva 1 colher (sobremesa) de pólvora negra no suco de 3 limões médios. Com um palito, irrite suavemente a região afetada e aplique esta solução. Com duas aplicações diárias, durante 3 dias, a impingem desaparecerá.

- Misture cinza de cigarro com limão e passe no local afetado.

- Passe sobre ela um pedaço de toucinho sem sal.

- Ponha uma castanha fresca de caju no fogo ou na brasa, quando espirtar o óleo, retire. Deixe amornar e passe sobre a impingem.

Impotência

- Fazer uma garrafada à base de catuaba em 1 litro de vinho. Depois é só deixar curtir por uma semana. Tomar 1 cálice na hora do almoço e outro na hora do jantar.
- Deixe que 6 cascas de cipó-bravo curtam numa garrafa de vinho branco. Tome 1 cálice pela manhã e outro à noite.

299 **Inapetência**

- Em 1 litro de vinho de marcela, macere, por 24 horas, 10 gramas de casca de canela, 30 gramas de quina, 50 gramas de centáurea-menor (quebra-febre). Filtre o líquido num papel especial e guarde numa garrafa bem arrolhada. Tome 1 cálice às refeições.



300 **Inchação após a extração de um dente**

- Faça um chá de malva e adicione leite e uma pitada de sal. Bocheche em seguida.

301 **Inchação causada por picada de insetos**

- Para evitar inchações após picada de insetos (marimbondo, abelha, formiga etc.), masque pequena quantidade de fumo e fricção no local da picada.

302 **Inchação da gengiva causada por inflamação dentária**

- Cozinhe folhas de goiabeira com folhas de tomateiro e coloque 1 colher de sal. Bocheche do lado inchado 3 vezes ao dia, com o chá quente.

86

303 **Inchações em geral**

- Em uma vasilha com água, coloque bruto de bambu, sal e cinza enrolada em um pano, deixando ferver. Banhe o local da inchação com o líquido, todos os dias. Não use no rosto.

- Banhe a região afetada com a infusão da folha do pé de fruta-pão.

- Coloque alho, cebola, fumo-de rolo picado, sal e vinagre em uma vasilha de vidro e leve ao fogo para ferver. Retire e deixe esfriar. Se forem os pés ou as mãos que estiverem inchados, ponha-os na vasilha. Se forem outros locais, faça compressas e aplique sobre os mesmos.

304 **Infecção da garganta**

- Coloque de molho, em 1/2 litro de água, algumas cascas de aroeira, por um dia e uma noite. Faça gargarejos com esta solução 3 vezes ao dia.

305 **Infecção e inflamação dos rins ou da bexiga**

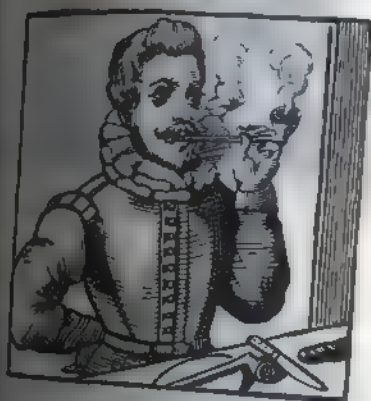
- Junte 7 folhas de abacate, 7 folhas de cana-do-brejo e 7 folhas de quebra-pedra. Deixe ferver uns 10 minutos e depois coe com água.



- Faça um coquetel de suco de abacate com o suco de dois talos de quebra-pedra ou 2 copos por dia.

Intoxicação provocada pela nicotina

- Para eliminar a intoxicação nos fumantes provocada pela nicotina, o melhor anti-doto é a tintura de mastruço. Ponha 2 colheres (chá) da tintura em 1/2 copo d'água e tome 5 vezes ao dia.



Intoxicação provocada por conservas

- Tome leite e água ou laxantes. Provocadas por mariscos e camarões, muita água e café. Provocadas por arsênico: evite tomar muito líquido. Recomenda-se 1 colher de sal ou de mostarda.

Intoxicação provocada por excesso de bebidas ou de fumo

- Triture algumas folhas de cavalinha (cana-de-jacaré), ferva e tome o chá mor-



322 Joanetes

- Passe suco de limão fresco todos os dias, e à noite aplique uma cataplasma de fatia de limão.



Machucados ou cortes

● Um eficaz remédio para machucados, cortes etc. é o sumo do mastruço (o mesmo que erva de santa maria, ambrósia, mentruz ou mastruz). Apanhe algumas folhas de mastruço, esmague-as num pano e esprema numa vasilha. Misture um pouco de sal e coloque direto no ferimento, cobrindo com gazes.



Má digestão

● Ferva um rama de cascas secas de laranja com açúcar.

● Ferva as sementes de umburarinha com água, quando se sentir mal.

● Junte mel de abelha e sumo de limão, em partes iguais. Tome quando se sentir mal.

● Torra alguns caroços de umburana e depois faça um chá. Tome à vontade.

● Faça um chá de folhas de camomila. Adoce a gosto e tome gelado.

● Tome um chá de cascas de maçãs após as refeições.

● Tomar 1 copo d'água com sal e açúcar.

● Junte a 1 litro de água 3 folhas grandes de louro, 6 folhas pequenas de boldo, 1 folha pequena de eucalipto e 1 folha de laranja. Ferva tudo, tome 3 vezes ao dia, durante 30 dias.

Má digestão ou enjôo

● Pegue 3 folhas de losna (erva da família das compostas, cultivada nas hortas, com caule de até 80 cm de altura, folhas esbranquiçadas, flores amarelas, de sabor muito amargo, conhecida também por absinto), esmague-as e coloque-as em 1 copo d'água, esperando alguns minutos para tomar o líquido.

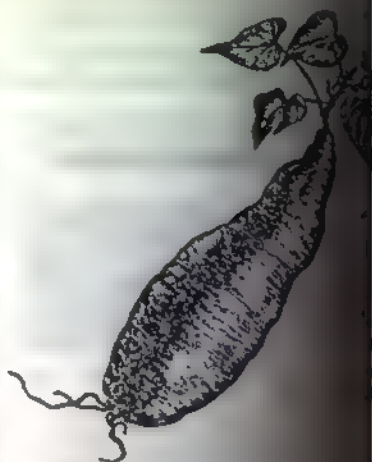
Malária

● Pegue um pedaço de casca da árvore quina e deixe ferver com água por alguns minutos. Tome o chá de 12 em 12 horas.

334 Males do fígado

- Tome chá de chapéu-de-couro, 3 vezes ao dia, durante 5 dias consecutivos.
- Faça um chá com 80 gramas de folhas de alcachofra verde, fervidas em 1 litro d'água. Tome à vontade.
- Tome de 3 a 4 copos de chá de carqueja, diariamente.
- Faça um chá de raízes de jurubeba e tome-o frequentemente.
- Combine suco de aneto em conserva com suco de tomate e cenoura. Misture bem os sucos e beba.
- Rale 1 rábano picante grande e junte a 1 copo de leite quente. O leite não deve ser fervido, e sim ligeiramente aquecido. Deixe o leite e o rábano se misturarem durante 10 minutos. Coe e beba devagar.
- Antes de dormir, misture 1/4 de xícara de suco de fruta cítrica com 1/4 de xícara de azeite de oliva. Beba lentamente, 2 horas depois da última refeição do dia.
- Faça um suco misto de beterraba, cenoura e alpo. Beba até 3 xícaras por dia. Se possível, faça uma dieta à base apenas deste suco, durante 48 horas.
- Encharque um lençol com água quente (mas não exageradamente) e enrole-se com ele dos ombros até um pouco acima dos joelhos. Se possível, deite-se sobre um tapete de borracha ou plástico e deixe que o calor penetre em seus poros até que o lençol comece a esfriar.
- Retire as barbas de uma espiga de milho. Ferva-as em água. Coe e beba aos poucos.
- Tome todos os dias pela manhã, em jejum, 1 colher de azeite doce.

- Tome 1 xícara de suco de batata-crua, em jejum, 1 vez por dia.



- Ferver, em 1 litro d'água, 3 ou 4 raízes de losna (planta caseira) durante 20 minutos. Esfriar e tomar 3 vezes ao dia.
- Leve ao fogo água e algumas folhas de capeba. Ferva, coe e guarde na geladeira. Tome várias vezes ao dia.
- Ferva de 30 a 40 gramas de folhas de berinjela em 1 litro d'água. Beba no lugar de água, todos os dias, durante 1 semana, pare por 2 dias, voltando a tomar até que a enfermidade acabe.

335 Mal-estar

- Quando comer alguma coisa e sentir que lhe vai fazer mal, tome imediatamente 2 copos de água morna.

336 Mal-estar ou vômitos

- Coloque 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio em 1 copo d'água e tome 3 ou 4 vezes.

Manchas e outros problemas de pele

- Faça uma dieta de 3 dias à base apenas de pequenas porções de frutas, legumes, verduras e seus sucos, além de água à vontade.
- Coloque gema de ovo sobre os locais afetados, deixando de 30 a 45 minutos. Retire com água e sabonete.
- Ferva vários dentes de alho em água e depois esmague-os. Acrescente um pouco de mel para formar uma pasta e aplique sobre o local afetado durante a noite, cobrindo com gaze. Na manhã seguinte, lave com sabonete à base de vegetais. Repita o mesmo procedimento tantas vezes quantas forem necessárias.
- Esprema 1/2 dúzia de limões, misture o suco numa garrafa de vidro com um copo de água fervida, e deixe esfriar. Tome 1 copo dessa limonada todas as manhãs. Caso fique muito ácida, acrescente um pouco de mel.

Manchas (e panos) na pele

- Aplique diariamente uma mistura de açúcar e suco de limão.
- Faça um chá de folhas de celidônia e lave com ele o rosto.

Manchas escuras, devido a pancadas

- Massageie a região com um chumaço de algodão embebido numa solução de acetato de alumínio (preparado na farmácia). Dentro de no máximo 24 horas, a mancha terá desaparecido.
- Coloque no local, enroladas em gaze ou pano pedras de gelo, até o desaparecimento da mancha.

340 Manchas na pele

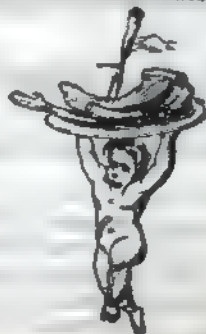
- Lave a região afetada com sabonete de glicerina. Seque e aplique o leite extraído das duas extremidades do pepino. Faça isso diariamente.
- Coloque 1 colher de bicarbonato de sódio em um vidro de leite-de-colônia. Agite sempre antes de usar. Passe todos os dias no rosto, deixando por 2 horas. Depois lave com água fria.
- Pegue a água em que foi lavado o arroz e misture-a com o suco de 1 limão. Passe no local afetado, todos os dias.
- Pegue manjeriço e triture. O sumo deve ser misturado ao álcool. Passe sobre as manchas com um pedaço de algodão, que elas logo desaparecerão.
- Aplique, sempre que puder, algumas rodinhas de pepino gelado.

341 Manchas no rosto

- Passe suco de limão, várias vezes ao dia, mas não se exponha ao sol.

342 Manchas roxas causadas por contusões

- Coloque sobre o local um pedaço de carne crua até que esquente; virando o outro lado, proceda da mesma forma.



343 Mãos ásperas

- De vez em quando, passe leite de mamão ou suco de limão para clarear e amaciar.

- Passe clara de ovo e algumas gotas de limão, deixando permanecer por 15 minutos; passar diariamente.

- Coloque na palma da mão 1 colher de açúcar e 1 colher de azeite. Esfregue até que o açúcar desmanche. Lave em seguida com água morna.

- Misture açúcar com água, formando uma papa grossa. Esfregue bem nos dedos, até senti-los limpos e macios.

344 Mãos com rachaduras

- Misture em partes iguais: água de rosas, glicerina e suco de limão. Aplique nas mãos, 2 vezes ao dia.

345 Mãos com suor excessivo

- Lave bem as mãos e enxugue-as. Passe pedra-ume como se fosse sabão. Repita quantas vezes for necessário.

346 Martelada no dedo

- Quando der uma martelada no dedo, mergulhe-o depressa em água gelada, para que não fique escuro.

347 Mau cheiro causado por suor

- Coloque bicarbonato de sódio nas axilas após o banho.

- Quando nenhum desodorante conseguir resolver o problema da transpiração, expenmente juntar 2 colheres (sopa) de água oxigenada (10 volumes) ao seu desodorante. A água oxigenada elimina as bac-

térias que causam o mau cheiro e o desodorante fica eficaz.

348 Mau cheiro dos pés (chulé)

- Todos os dias, antes de dormir, lave bem os pés com sabão. Enxugue e passe bastante maizena.

- Em uma bacia ponha água quente que dê para cobrir os pés, suco de 3 limões e as cascas picadas, 3 colheres (sopa) de leite de rosas e um punhado de sal. Mergulhe os pés por 20 minutos, friccionando-os com as cascas dos limões. Faça isso uma vez por semana.



- Lave os pés todos os dias com sabão neutro e limão. Seque bem e passe maizena entre os dedos. Deixe secar naturalmente.

- Para tirar o mau cheiro nos pés causado pelo suor, banhe-os à noite com água de anil bem forte.

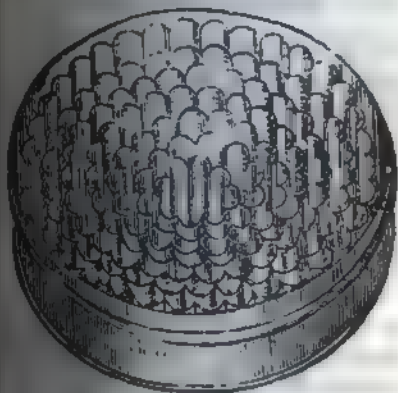
- Misture 2 colheres (chá) de formol numa bacia com água morna. Mergulhe os pés na água por 15 minutos. Repita a operação 2 em 2 semanas, até ver o resultado.

- Passe não só entre os dedos com maizena, mas todo o pé uma boa quantidade de maizena durante o dia, e também à noite, antes de dormir.

- Junte 2 colheres (sobremesa) de bicarbonato de sódio, 5 colheres (sopa) de água e algumas gotas de perfume. Passe nos pés antes de deitar.

- Ponha, numa vasilha, meia chaleira de água quente e 3 colheres (sopa) de vinagre. Deixe os pés de molho, por 10 minutos. Depois, seque-os e esfregue suco de limão verde. Por fim, lave-os com água morna.

- Use óxido de zinco nos pés, entre os vãos dos dedos e na sola. Passe, ao deitar, após o banho e coloque um pouco no sapato. Esfregue bem para o remédio penetrar na pele. O óxido de zinco é encontrado nas farmácias.



- Antes de calçar os sapatos, lave os pés com água e sal. Faça isso até eliminar o mau cheiro.

3 Mau hálito

- Masque, frequentemente, folhas de apente-ruão para perfumar o hálito.

- Faça gargarejos com limonada sem açúcar.

- Tome, diariamente, chá de macela à vontade.

- Quando o mau hálito é causado por dentes cariados, deve-se limpá-los e gargarejar com infusão de hortelã, canela ou cravo. Se a causa é interior, toma-se, 6 vezes ao dia, 2 gramas de carvão vegetal em pó e, dois dias depois, um purgante.

- Extraia o sumo de 3 folhas de couve e 3 folhas de salão. Tome sempre que sentir necessidade.

- Utilize a infusão de folhas de salva como bochecho.

- Misture 1 copo de água morna, 1/2 copo de vinagre, 1 pitadinha de sal e 3 folhas de hortelã fresca pela manhã e gargareje antes de escovar os dentes. Repita todos os dias.

- Ao escovar os dentes, escove também a língua com uma pitada de bicarbonato de sódio e chupe uma rodelinha de limão. O mau hálito desaparecerá.

- Deixe macerar, em 1 litro de álcool (90°), 10 gramas de cravos-da-índia e 2 folhas de louro. Dois dias depois, coe e junte 10 gramas de álcool mentolado. Faça gargarejos freqüentes.

- Gargareje com infusão de hortelã, canela ou cravo.

- Ferva, durante 5 minutos, 3 ramos de sálvia, 2 de tomilho e 2 limões cortados ao meio (com casca e tudo). Faça bochechos com essa mistura, 3 vezes ao dia.

- Faça chá com folhas de malva e misture 1 colher (sobremesa) de água oxigenada. Faça bochechos pela manhã e à noite, todos os dias. A malva e a água oxigenada eliminam as bactérias e deitam a boca com hálito fresco e saudável.

353 **Narinas congestionadas**

- Cheirar um pano embebido em álcool mentolado.
- Mastigue 2 dentes de alho e logo as suas narinas estarão desentupidas.
- Junte 1 litro de água com 2 colheres (sopa) de sal e ferva. Retire do fogo e aspire o vapor até sentir o nariz livre.
- Ferva algumas folhas de eucalipto numa panela tampada. Acrescente 2 colheres de álcool (após tirar a panela do fogo). Deixe-a sem tampa dentro de seu quarto, o mais perto possível de sua cama.



● Ferva durante algum tempo folhas de eucalipto com água. Tire do fogo e inale o vapor quantas vezes forem necessárias.

● Inale rapé em pó.

● Rale uma cebola crua e acrescente a ela 4 xícaras de leite fervente. Beba 2 xícaras de manhã e 2 xícaras à noite.

● Ferver um pouquinho de água com uma pitada de sal. Pingar 3 gotas em cada nari-

359 **Nervosismo**

- Faça um chá de folhas de capim-santo. Adoce e deixe esfriar. Beba à vontade.
- Como calmante, tome chá de folhas de maçã ou chá de erva-cidreira.
- Tome um banho quente de banheira com agulhas de pinheiro ou com sua essência preferida. Se você tomar o banho à noite, deite-se imediatamente. Repita o banho todas as noites.
- Coloque 1 colher (sopa) de sal em 1/2 litro de água morna ou à temperatura ambiente. Agite bem e peça a alguém que esfregue seu corpo levemente com este líquido.
- Tome todas as noites, antes de deitar, 1 colher de mel de abelha.
- Leve ao fogo 20 folhas de erva-cidreira ou 10 folhas de capim-cidrão (capim-cidrô) com água. Deixe ferver durante 10 minu-

Obesidade

- Faça um chá com 5 folhas do pé de graviola e um jiló cortado ao meio. Tome 3 vezes ao dia.



- Tomar diariamente, 10 minutos antes de cada refeição, 6 comprimidos de levedo de cerveja, num total de 12 comprimidos ao dia.

Olheiras

- Coloque uma rodela de batata-inglesa crua/ sobre a área afetada.
- Faça um chá de pétalas de rosas brancas. Deixe esfriar. Com um algodão, passe o chá sobre os olhos e deixe ficar alguns minutos.
- Aplique sobre os olhos (fechados) compressas de água de rosas ou chá preto.
- Faça um chá de flores de camomila. Depois de morno, aplique em compressas sobre os olhos.

- Pegue um figo fresco e divida-o ao meio. Coloque metade sobre cada olho e deixe por alguns minutos.

- Leve ao fogo 5 folhas de alfaca em 2 xícaras de água e deixe ferver até virar uma pasta. Tome antes de dormir, sem açúcar.

364 Olho-de-peixe (cabecinha dolorosa que se forma nos calos dos pés)

- Pegue um pedaço de sebo, esquentado no fogo e pingue em cima do olho-de-peixe, de 3 a 5 vezes.

365 Olhos congestionados

- Coloque rodela de pepino fresco sobre as pálpebras e deixe por alguns minutos.

366 Olhos inflamados

- Aplique a polpa amassada de uma maçã madura diretamente nos olhos (fechados), com auxílio de uma gaze. Deixe durante 1 ou 2 horas.
- Coloque na parte afetada uma rodela de tomate fresco bem maduro.



- Aplique folhas de erva-cidreira sobre as pálpebras, também para acalmar a dor.

- Coloque para ferver algumas folhas de arruda em um copo de água. Deixe esfriar. Banhe os olhos pela manhã e à noite, deixando, por alguns instantes, chumaços de algodão molhados com o chá sobre eles.

- Rale 2 fatias grossas de batata crua, sem casca, aplique sobre as pálpebras, envolvendo-as com gaze, e molhe com azeite morno. Renove a cada 10 minutos.

- Coloque meia folha de alface em 1 litro de água e deixe ferver por 5 minutos. Lave os olhos com este chá, 2 vezes por dia. Aplique-o morno.

- Bata uma clara de ovo em neve e embeba nela uma gaze ou retalho de pano limpo. Aplique sobre os olhos à noite e deixe até o dia seguinte.

- Empregar nestes casos a erva-de-santa-luzia, em cozimento e posterior lavagem.

- Rale meia maçã, esprema-lhe o sumo e molhe com ele dois chumaços de algodão. Coloque-os logo a seguir sobre os olhos, por 30 minutos.

367 Olhos irritados

- Coloque sobre os olhos algodão embebido em chá de pétalas de rosas, flor de laranjeira ou chá-mate.

- Pegue 3 galhos de arruda e 1 rosa branca, coloque-os em uma vasilha com água e deixe-os de molho por um dia. Lave os olhos com este líquido.

- Coloque alguns galhos de mastroço em um copo d'água filtrada e deixe por algumas horas. Lave os olhos com esta solução, várias vezes ao dia.

368 Ouveidos inflamados (beijo branco)

- Coloque em uma garrafa de vinho branco: 1 colher (sopa) de erva-doce, alguns pedaços de canela em pau, algumas raízes de salsa e deixe curtir por 7 dias. Tome 1 cálice pela manhã e à noite, todos os dias.



369 Oxiúros

- Para acabar com os vermes, principalmente oxiúros, tome 1 colher do sumo da rama do tomateiro, 1 vez por semana, durante 1 mês.

378 Pano branco (manchas branco-arredondadas da pele)

- Coloque 4 comprimidos de Melhoral (adulto) em 1/2 vidro de leite-de-colônia. Passe todo dia até desaparecer a mancha. Se tiver alergia, não use.
- Coloque 3 colheres (sopa) de bicarbonato de sódio em 1 litro de álcool. Agite e passe no local.



- Corte um pepino e coloque-o no álcool. Deixe curtir durante uns dias e depois aplique o líquido na pele.
- Estregue uma banda de limão no local afetado, por 15 minutos, antes do banho, durante alguns dias.
- Misture em meio frasco de álcool um pacotinho de ácido bórico. Use diariamente, aplicando com um algodão nas regiões afetadas.
- Misture 1 colher de sopa de azeite de oliva, 25 gramas de enxofre, 1 tablete de cânfora, 2 tabletas de sebo de Holanda até formar uma pasta uniforme. Aplique diretamente sobre o local afetado.
- Ingerir, às refeições, uma pitadinha de enxofre, todos os dias.
- Coloque um Melhoral em 1 litro de leite de rosas ou leite-de-colônia. Agite bem e

deixe de molho por 1 dia. Passe nas áreas afetadas com um chumaço de algodão antes de deitar.

- Esmague algumas folhas de feijoeiro e passe-as com o suco no local afetado. Deixe por 20 minutos. Repetir esse processo 3 vezes, com intervalo de 1 dia.

379 Para acabar com as espinhas sem deixar marcas no rosto

- Fazer, quinzenalmente, um banho de vapor para o rosto, com hortelã ou eucalipto, depois, feche os poros com rodela de pepino gelado, por 20 minutos.



380 Para aliviar as dores traumáticas (pancadas) sobre o corpo

- Esquente um pouco de vinagre, coloque sal e faça compressas sobre a parte doída. Se estiver arroxçada, melhorará em menos de 24 horas.

381 Para amolecer os tumores e retirar o pus

- Cozinhe em uma panela um quilo de novo cortado, uma colher de farinha de mandioca, 1 dente de alho picado e 1 metro de fumo de rolo. Deixe esfriar e aplique sobre o tumor cobrindo-o com gaze.

Para aumentar a produção de leite materno

- Cozinhe canjica branca em leite e água com um pouco de açúcar e depois beba o caldo.



Para baixar o colesterol no sangue

- Para diminuir o colesterol e a gordura no corpo, tome 1 xícara de chá de hortelã, durante 15 dias, 3 vezes ao dia: em jejum, à tarde e à noite.
- Faça um chá de folhas de algodoeiro da seguinte forma: coloque um punhado de folhas em 1 litro de água e deixe ferver até reduzir à metade. Tome à vontade, sem açúcar.

Para cessar a dor que a cal produz sobre os olhos

- Deve-se lavar a parte afetada com um xarope simples. Na falta do xarope, lave

com água e açúcar. A cal une-se rapidamente ao açúcar tornando-se inofensiva para a vista.

385 Para clarear a pele

- Para clarear os joelhos, cotovelos e tirar o odor das axilas, faça uma mistura de limão com bicarbonato e aplique nestas áreas.

386 Para clarear os dentes

- Passe nos dentes um algodão embebido em mercuriocromo e, logo após, escove-os até eliminar todo o mercúrio.

387 Para curar começo de resfriado

- Amasse 1 dente de alho, coloque-o dentro de um copo com água fervendo e tampe, deixando-o em infusão. Depois de 5 minutos, beba. Dificilmente o resfriado continuará.

388 Para diminuir a dor e o calor dos tumores e fazer com que se rompam

- Aplica-se uma atadura com pasta feita de mel puro e farinha. Cura e cicatriza feridas, inclusive queimaduras.

389 Para evitar o estreitamento das artérias coronárias

- Tome 1 colher (sopa) de mel puro, todas as noites.

390 Para evitar vômitos

- Masque um pedaço de casca de laranja.

391 Para expectorar catarro

PREPARO

- Esquente banha de galinha, aplique-a levemente no peito e enfaixe-o logo a seguir.

392 Para matar lêndeas

- Misture 1 copo e meio de água quente, 1/2 de vinagre e 1 de álcool. Passe no cabelo (limpo) e amarre um lenço debandando de 1 a 2 horas. Lave com xampu e passe um pente fino.

393 Para provocar vômitos

- Para vomitar alguma coisa ingerida que está lhe fazendo mal, tome 1 copo de água morna com 1 colher das de sopa rasa, de sal, e algumas gotas de vinagre.

394 Para purificar o sangue

- Faça um chá de pata-de-vaca (mororó), e tome-o várias vezes ao dia, sem adoçar.

395 Para retirar um anel apertado do dedo já inchado

- A partir da unha, enrole no dedo uma linha resistente, em espirais unidas e apertadas. Ao chegar ao anel, passe a linha entre ele e o dedo. Caso esteja muito apertado, use uma agulha, e, para não ferir o dedo, passe a linha com o fundo da agulha. Feito isso, desenrole a linha suavemente em torno do dedo, no sentido oposto ao enrolamento inicial.

396 Para um bom funcionamento dos intestinos

- Tome chá de cascas de laranja com uma folha de mamoeiro, sempre que sentir necessidade.

397 Pé-de-atleta

- Derrame vinagre no local afetado, de manhã e à noite.

- Se você sofre de pé-de-atleta, uma solução caseira que aliviará a inchação é o vinagre de maçã.

- Lave bem os pés e coloque sobre o ferimento um pouco de creme dental. Faça isso antes de deitar.

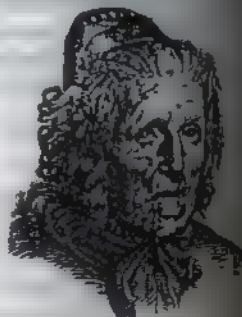
- Lave bem a região afetada com água sabão. Enxugue e passe um pouco de miconiocromo e, após secar, polvilhe com farinha de milho. Com duas aplicações diárias dentro de 3 ou 4 dias o pé-de-atleta desaparecerá completamente.

398 Pele áspera

- Misture 1 gema, 1 colher (sopa) de mel, caldo de metade de uma laranja e 1 colher (sopa) de azeite. Passe esta mistura no rosto e deixe secar. Lave o rosto com água morna.

399 Pele cansada e sem brilho

- Misture 1 colher (sobremesa) de gema de trigo, 1 colher de mel puro, 1 clara de ovo e 1 ampola de vitamina A. Bata e aplique na pele durante meia hora. Aproveite e fique deitada, relaxando os músculos do rosto. Lave com água morna.



404 **Pele irritada**

- Dissolva um pouco de lanolina em banho-maria, junte algumas gotas de tintura de benjoim. Passe no local afetado e retire depois de 15 minutos.

405 **Pele oleosa**

- Misture 1 colher (sopa) de avelã e 1 colher de iogurte natural. Em seguida, aplique no rosto, deixando ficar 15 minutos. Enxágue com água morna.
- Bata um pepino com um pouco de água, suco de amêijoara e uma clara em neve no liquidificador. Aplique e deixe secar.

406 **Pele ressecada**

- Quando suas mãos e lábios estiverem ressecados e rachados, amacie a pele com um pouquinho de óleo-de-dendê. Estreque-o de leve sobre os locais afetados, sempre que puder.

407 **Pele seca**

- Aplique, no rosto limpo, o suco de 2 cenouras raladas. Deixe por 20 minutos e retire com água morna.
- Massagele-a constantemente com óleo de bétula.
- 1/4 de xícara de leite, 1 banana e 1 colher de mel. Passe no liquidificador. Depois aplique no rosto limpo, deixando ficar 15 minutos. Enxágue com água morna.
- Bata no liquidificador 1/4 de um abacate médio e 1 colher (chá) de óleo de amêijoara. Aplique no rosto limpo e seco.

408 **Pêlo de barba encravado**

- Após o barbear, passe no rosto suco de amêijoara com sal. Isso evitará a infecção da raiz do pêlo.

409 **Perda do choro e espasmo da glote**

- Com movimentos calmos, introduza o dedo na boca da criança e procure a base da língua. Ela inspirará, continuando o choro normal.



410 **Perda parcial ou total da voz**

- Cozinhe bastante algumas cenouras. Tome, com mel, o caldo concentrado.

411 **Pernas cansadas**

- Cozinhe uma batata ou qualquer outra raiz comestível até o ponto em que ela se transforme numa massa grossa. Cubra seus pés com essa massa e, além disso, encharque nela pedaços de pano, enrolando-os em suas pernas.

412 **Pernas cansadas e doloridas**

- Lave as pernas, friccionando bem, com o líquido do cozimento de alfafa.

413 **Pernas inchadas**

- Colocar 30 partes de aroeira para 1/2 litro de água fervente. Aplica-se em banhos nas pernas.

410 *Pés cansados*

- Faça uma infusão de 5 colheres (sopa) de alecrim seco em água quente. Mergulhe os pés por 15 minutos e depois lave-os em água gelada.
- Faça um chá de folhas de laranjeira com sal. Ponha em uma bacia e deixe os pés nesta solução por alguns minutos.



411 *Pés com rachaduras*

- Passe diariamente sebo de boi. Não passe toucinho.
- Aplique óleo de cozinha com sal nos locais afetados.

412 *Pés doloridos*

- Mergulhe os pés numa bacia com água suficiente para cobri-los, com uma colher de sopa de sal grosso.

413 *Pés frios*

- Coloque seus pés em água quente (sem exagero) durante 1 minuto. Depois passe-os para água fria e deixe por mais 1 minuto. Vá alternando durante uns 10 ou 15 minutos, começando e encerrando a sessão com água quente. Depois de secar os pés, calce meias de lã.

414 *Pés inchados*

- Tome chá de avena. Para 1 litro de água, 10 gramas de avena. Tome de 8 a 10 colheres das de sopa por dia.
- Mergulhe os pés numa mistura de água com calêndulas.
- Banhe os pés em água morna com vinagre.
- Aplique compressas de vinagre quente e durma com os pés mais altos que a cabeça.

415 *Pés inchados e doloridos*

- Coloque os pés dentro de uma bacia com água morna, sal e vinagre e massageie-os bem. Ajuda a desinchar e aliviar a dor.

416 *Peste bubônica*

- Tome chá quente de sabugueiro. Aplique sobre os bubões, 3 vezes ao dia, compressas quentes de chá de sabugueiro, ruiva ou cavalinha. Combata a febre com compressas de água fria na testa e entorse o tronco com um lençol úmido. Tome somente suco de frutas e faça um isolamento completo e imediato.

417 *Picada de abelha*

- Retire o ferrão com uma pinça, passe com álcool negro e, logo a seguir, sumo de limão.
- Aplique uma rodela de cebola sobre o local. Acalma a dor e desinflama.
- Passe sobre o local uma rodela de turmeira.
- Passe álcool junto com algumas gotas de amoníaco sobre o local.

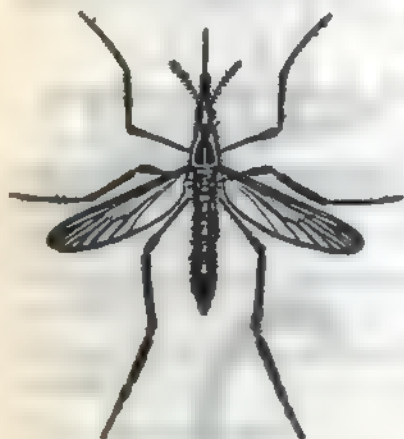
424 **Picada de mosca**

- Se for picado por mosca-varejeira, aplique sobre a picada graxa mineral (dessas usadas em rolamentos).

425 **Picada de mosquito**

- Passe no local da picada uma mistura de 5 gramas de essência de cravo, 5 gramas de clorofórmio e 90 gramas de óleo de amêndoas doces. Guarde em um vidro escuro.

- Pincele esmalte de unhas sobre o local da picada. Isto cessará a coceira, evitando também que inche.



426 **Picadas de insetos em geral**

- Corte um dente de alho ao meio (ao comprido) e segure firmemente a parte cortada sobre a picada, durante 5 minutos.
- Moa 3 naftalinas e coloque o pó em um vidro com álcool. Aplique quando for necessário.

- Coloque em um vidro álcool, alguns pedaços de fumo-de-rolo, 3 dentes de alho e 2 folhas de pessegueiro. Deixe "curar" quando for picado por insetos, passe no local.

- Prepare uma infusão de 1/2 litro de álcool para 15 folhas de eucalipto, deixando-as em repouso até o álcool ficar verde. Retire depois as folhas e acrescente 10 ml de tintura de iodo. Aplique no local atingido, 3 vezes ao dia.

- Se as picadas forem de marimbondos, abelhas ou escorpiões, coce o local atingido e retire o ferrão. Em seguida, passe urina recente, usando a mão em concha. A dor e o veneno dos insetos serão eliminados, a urina contém amoníaco que, sendo antisséptico, pode substituir o álcool nas emergências, além de atuar eficazmente como analgésico.

- Para evitar que as picadas de insetos inflamem, aplique nos locais afetados compressas de água salgada.

- esfregue folhas frescas de sálvia sobre a picada ou passe óleo de camomila

- Esfregue sobre a parte afetada um pouco de pomada (Vic-Vaporub), e a dor e a inflamação cessarão rapidamente

427 **Piolhos**

- Misture detergente ("Pinho Sol") com leite e passe no couro cabeludo uma hora antes do banho, 2 vezes por semana.

- Esmague alguns caroços de flor-de-cureuma (planta comum em parques e jardins, presente em vários Estados do Brasil) e coloque-os em uma garrafa de aguardente. Umedeça bem o cabelo com esta mistura e deixe-o enrolado em uma toalha por uma hora. Depois lave, repetindo a operação por 3 dias.

● Aplique álcool canforado em toda a cabeça. Depois, coloque uma touca plástica. Deixe durante 3 horas.

● Faça uma infusão de álcool com fumo e passe no cabelo. Cubra-o com lenço durante 1 hora. Em seguida passe um pente fino que os piolhos cairão.

● Misture 2 colheres de talco (pó) com 2 colheres de querosene, derramando na cabeça. Deixe permanecer por 2 horas, depois lave-a demoradamente com xampu.

● Fazer um chá bem forte de folha de arruda (20 gramas de folhas para 1 litro de água) e lavar a cabeça. Não há piolho que resista.

● Para eliminá-los, dilua uma pedra de cântora em álcool e aplique-o no couro cabeludo.

● Rale um pedaço de pau-parafba. Estregue o pó obtido no couro cabeludo.

Pneumonia

● Pegue canela em pó, leite, açúcar e 1 gema de ovo. Bata a gema, misture a canela e o leite, tempere com o açúcar. Leve ao fogo e deixe ferver até ficar cremoso. Tome quente.

Poros abertos

● Faça uma papinha de açúcar com limão. Estregue no rosto e depois enxágüe com bastante água.

Pressão alta (hipertensão)

● Coloque 1 litro de água para ferver com 1 colher (chá) de alpinete (uma colher apenas, pois alpinete é muito forte). Deixe ferver até chegar à quantidade de um copo. Tome chá 2 vezes por semana, não mais.

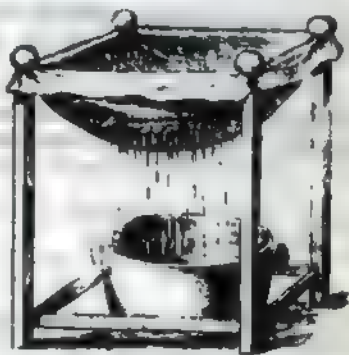
● Tome chá de broto de cana.

● Faça um chá de 5 folhas de pé de carambola, 5 de erva-cidreira e 4 de abacateiro. Ferva por 5 minutos, coe e tome de 3 em 3 horas.

● Faça um chá com miolo do chuchu e tome-o de 3 em 3 horas.

● Quando sentir que sua pressão está alta, apanhe 5 folhas de chuchu, junte 2 copos de água e ponha para ferver. Tome o chá quando estiver quase frio. Sua pressão voltará logo ao normal.

● Faça uma infusão, colocando um punhado de folhas secas de amoreira em 1/2 litro de água fervente. Filtrado o líquido, beba-o em cálice, por apenas 1 dia.



● Faça um chá de louro na proporção de 3 folhas para 1 xícara de água. Adoce e beba 2 vezes ao dia.

● Faça um chá de casca de fruta-pão. Tome quando sentir necessidade.

● Ferva cascas de lima em 1 litro d'água. Tome no lugar de água.

● Faça um chá de cascas de chuchu ou folhas de caramboleira. Beba à vontade.

- Faça um xarope com um chá de erva-mate bem forte (6 colheres das de sopa para 1 litro d'água), juntando o suco de 6 limões-galegos e açúcar à vontade. Tome 1 colher das de sopa pela manhã, durante 15 dias.

- Tome chá de folhas de pé de graviola (coração-de-boi) com folhas de abacateiro. Tome, aos poucos, durante todo o dia.

- Ferver alguns dentes de alho, tomando-os em forma de chá.

431 Pressão baixa

- Ferver alguns pauzinhos de canela em água pouco açucarada e tomar depois de morno.

- Para elevar a pressão e melhorar seu mal-estar, engula 1 colher das de chá de sal.

- Quando sentir a pressão caindo, tome, imediatamente, 1 xícara de café com leite quente.

432 Pressão baixa ou intoxicação

- Esprema 2 alhos num copo d'água e deixe-os de molho por uma noite. Pela manhã, coe e tome a água.

433 Prisão de ventre

- Ferva, por 15 minutos, ameixa-preta em água filtrada. Retire os caroços e bata no liquidificador. Tome esse suco acompanhado com pedaços de laranja, em jejum, pela manhã e à noite, durante alguns dias.

- Ao se levantar pela manhã, em jejum, beba 1 ou 2 xícaras de água fervida com o suco de 2 limões.

- Tome um suco de repolho temperado. Para prepará-lo, pique a cabeça de um repolho cru e salpique-a com um pouco de sal. Em seguida, passe o repolho no liquidificador. De preferência, tome o suco de manhã.



- Para eliminar a prisão de ventre, coma no café da manhã uma fada de mamão e 3 ameixas-pretas secas. Essas quantidades podem ser aumentadas de acordo com a gravidade do problema.

- Todas as noites, ao deitar, coloque o corpo em decúbito dorsal (deite de costas) e com as mãos faça massagens suaves da cintura até a pélvis, durante 15 minutos.

- Em meio copo de água, adicione 1 colher (chá) de maizena (amido de milho), agite e tome de uma vez.

- Tome 2 colheres de melado diluídas num copo d'água.

- De o óleo das sementes de mamão e o mesmo óleo, de efeito purgativo, é usado para combater os vermes intestinais. Para adultos: 2 colheres das de sopa de suco durante 3 dias. Crianças: a metade da dose.

- Coma bananas pela manhã, em jejum.

- Tome 1 copo de água morna em jejum.
- Coma mamão misturado com germen de trigo, frequentemente.
- Pegar 3 ameixas secas e fazer um chá. Tomar em jejum
- Prepare um suco de ameixas secas, deixando da noite para o dia em água fervida, mel e suco de limão. Beba o suco pela manhã, de preferência com o estômago vazio.



- Faça um chá de erva-doce bem forte e na hora de beber acrescente 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio. Tome meio copo, 4 vezes ao dia.
- Deixe de molho, por uma noite, 3 figos em 1 cálice de água. Pela manhã, em jejum, coma-os e beba a água.
- Faça um chá com algumas folhas de jambolão (jamelão). Tome no lugar de água até fazer efeito, depois suspenda.
- Corte em pedaços uma fatia grossa de abóbora madura. Coloque em um guardanapo e torça para que saia o sumo. Adoce.

Beba, em jejum, em dias alternados, durante 1 mês.

- Deixe ferver algumas sementes de cidra com algumas pétalas de rosa (de qualquer cor). Tome 1 xícara pela manhã, em jejum.

434 **Prisão de ventre dos bebês**

- Adicione 1 colher (café) de mel na mamadeira.
- Se o bebê tem prisão de ventre e o intestino trabalha com lentidão, experimente adicionar um pouco mais de açúcar aos chás, mingaus, e na água, pois ele age como laxante do intestino. Além do adoçado normal, use mais uma colher (café) de açúcar, e a prisão de ventre cessará.

435 **Problemas cardíacos**

- O chá de cactus ajuda a curar os males do coração. Modo de preparar: pegue uma plantinha de cactus, lave-a e depois coloque-a em água para ferver. Deixe esfriar bem e tome 1 cálice, diariamente.

436 **Problemas da próstata**

- Coma cebola crua durante 10 dias (mela cebola por dia).

437 **Problemas da próstata ou cistite**

- Faça um chá de cascas de jatobá. Beba frio, várias vezes ao dia.

438 **Problemas da vesícula biliar**

- A cada 3 semanas passe um dia inteiro sem comer, apenas ingerindo água.
- Prepare, no liquidificador, uma mistura em quantidades iguais de suco de beterraba e de suco de alface. Beba pelo menos uma xícara por dia.

- Durante 3 dias não coma ou beba nada além de sucos de frutas ou legumes.



- Uma hora depois de evacuar, beba 1 copo com quantidades iguais de suco de uma fruta cítrica e azeite de oliva.

4439 Problemas de respiração

- Rale um rábano picante e misture-o a um pouco de mel. Deixe que ele absorva bem o mel durante 10 horas ou durante a noite. Na manhã seguinte, passe o rábano numa peneira fina e você terá um xarope. Tome 1 colher das de sopa a cada hora.

4440 Problemas dos rins

- Acrescente 1 colher (sopa) de sementes de linho (linhaça) a cerca de 230 ml de água. Ferva durante 10 minutos. Deixe es-

friar. Beba meio copo a cada 3 horas. Se quiser, use algumas gotas de limão para dar sabor ao chá.

- Ferva cascas de maçãs bem lavadas até que se forme um xarope saboroso. Beba durante o dia.

- Deixe de molho, numa vasilha com água, cascas de ananás. Tome este chá aos poucos, durante o dia.

- Faça um chá de gerbão, erva-tostão e pariparoba (plantas comuns em todo o Brasil). Tome aos goles, de hora em hora, quando estiver com sede. Existem outros tipos de erva-tostão; a indicada, nesse caso, é a erva que possui carrapichos que grudam nas calças.

- Coma morango amassado com mel constantemente.

4441 Problemas no útero

- Ferva algumas folhas de malva com bastante água. Despeje o chá fervente em uma bacia e fique de cócoras sobre ela, até esfriar (banho de vapor).

- Passe, no liquidificador, meia garrafa de mel de abelha, 30 folhas de hortaliça de folha larga, e 30 da folha miúda. Porção: 1 colher das de sopa. Tome 1 colher das de sopa após as refeições.

4442 Purificador do sangue

- Leve ao fogo água para ferver com 1 colher (sopa) de lingüa-de-vaca, raiz de jurubeba, 1 colher (sopa) de pega-pinto (erva-tostão), 3 limões, 2 dentes de alho socados, mastruço e erva-doce. Adoce e tome 3 xícaras ao dia.

- Leve ao fogo 8 rosas brancas para cozinhar em água açucarada. Tome 1 xícara 3 vezes ao dia, em jejum.

Queda de cabelo

● Friccione o couro cabeludo com o suco de folhas de jaborandi.

● Raspe a casca de juá (arrebenta-cavalo) e lave o cabelo com a raspa diluída em água. Repita com frequência.

● Junte meia cebola raladinha em 1 copo de álcool. Deixe curtir em lugar quente por duas semanas. Aplique 2 a 3 vezes por semana.

● Faça um chá de salsa. Deixe esfriar e aplique nos cabelos por 5 minutos. Enxágue bem. Repita 1 vez por semana.



● Friccione o couro cabeludo com algodão embebido em azeite de oliva; lave depois a cabeça com sabonete neutro e água morna.

● Massageie o couro cabeludo com um chá de folhas de amoreira em infusão.

● Debe alguns ramos de alecrim no álcool, por 1 semana. Depois coe e aplique na raiz dos cabelos.

● esfregue o couro cabeludo com leite de banana, em dias alternados.

● Para evitar a calvície ou a queda de cabelo, acrescente, em um vidro de xampu de proteínas, 3 gotas de iodo, 2 colheres (sopa) de essência de alfazema, 3 colheres (sopa) de suco de cenoura (coado) e misture. Lave a cabeça normalmente com esse preparado.

● Para evitá-la, lave a cabeça de vez em quando com água salgada.

● Quando o cabelo estiver caindo devido a parasitas, surgindo "peladas" no couro cabeludo, retire o leite de um mamão verde e passe no local onde falta cabelo, 3 vezes seguidas (3 dias), que logo o cabelo nascerá.

● Cozinhe por bastante tempo em cerveja, raízes de carrapicho (pega-pega). Com este preparado, lave a cabeça frequentemente.

● Evite-a fazendo uma mistura com algumas colheres de azeite doce, 1 ovo (gema e clara) e 1 limão. Deixe esta mistura atuar por 1 hora na cabeça e depois lave o cabelo normalmente. Faça isto 1 vez por semana.

● Molhe os cabelos com água morna e aplique xampu. Com o cabelo ensaboado, despeje lentamente um pouco de Coca-Cola, fazendo leves fricções. Deixe 5 minutos, ou menos, lavando em seguida com água morna. Alguns dias depois, a diferença será notada.

● Lave-os constantemente com água de coco, de preferência coco bem verde.

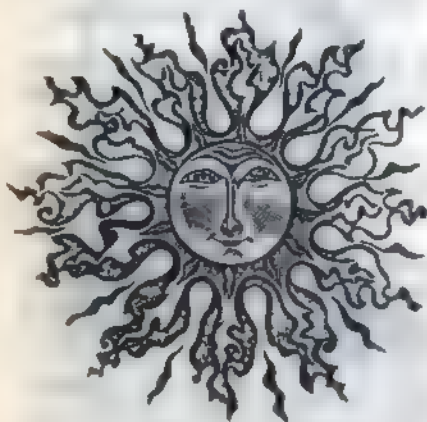
- Misture uma clara de ovo batida em neve com um pouco de leite de magnésia. Aplique suavemente sobre a região afetada.

- Faça uma pomada com uma pasta de agrião fresco e manteiga sem sal. Aplique e, a seguir, ponha fatias de batata crua sobre a região atingida.

- Coloque sobre o lugar atingido uma porção de massa de tomate.

4415 **Queimaduras causadas pelo sol**

- Passe talco mentolado e aplique compressas frias de bicarbonato de sódio (1 colher das de chá para cada litro d'água).



- Embeba um tecido de algodão em iogurte gelado e coloque sobre as queimaduras.

- Misture, em partes iguais, álcool e talco até formar uma papa. Aplique sobre a região afetada.

- Aplique vaselina líquida sobre as regiões afetadas.

118

- Amasse bem alguns pepinos e passe essa pasta sobre as partes afetadas.

- Aplique, nas regiões afetadas, polvilho umedecido com leite de vaca ou leite de magnésia.

- Misture algumas gotas de limão em um pouco de azeite e uma colher de nata de leite. Passe no local afetado.

- Aplique 50 gramas de suco de agrião misturado a dez gotas de essência de amêndoas amargas.

- Se você ficou por muito tempo no sol com queimaduras leves, mas doloridas, aplique rodela de batata crua ou clara de ovo batida.

- Coloque rodela de tomate maduro nas queimaduras. Alivia a dor e evita o aparecimento de bolhas.

- Prepare um chá preto, deixe esfriar e passe nas partes afetadas.

- Misture álcool ou cachaça com um pouco de polvilho ou maizena formando uma papa consistente. Aplique sobre as queimaduras. Refresca e não deixa empolar.

4416 **Queimaduras causadas por água-viva**

- Para acalmar a dor provocada pelo contato com o animal, aplicar espuma de sabão no local atingido.

- Retire o fumo do cigarro, misture com saliva e coloque na queimadura.

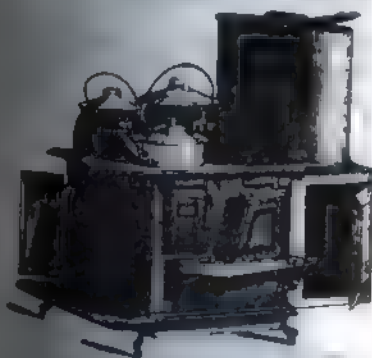
- Passar urina no local. Alivia a dor instantaneamente.

● Põe-se numa vasilha folhas de eucalipto e quando levantar fervura, aproveita-se o vapor aspirando-o por meio de um funil de cartolina improvisado.

● Assim que sentir o menor sintoma, tome imediatamente uma gota de iodo num copo de leite ou de água. Após algumas horas, repita o tratamento.

● Tome chá de erva-cidreira junto com sênim e alguns cravos-da-índia.

● Ponha 4 copos de água em uma vasilha leve-a para ferver; vá espremendo dentro da vasilha 3 a 4 limões. Depois acrescente 3 colheres (sopa) de café, durante 15 minutos, coe e deixe amornar. Tome 4 colheres das de sopa por dia.



● Coloque cascas de laranja para secar depois de secas leve-as para ferver com água quando estiver fervendo, adicione algumas folhas de funcho. Adoce e tome bem quente, ao deitar.

● Faça uma gemada (bata 1 gema de ovo, com leite e canela em pó) e junte a esta um chá preparado com algumas folhas cortadas de capim amão e água. Misture bem e tome bem quente.

459 **Resfriados, catarros e outras afecções das vias respiratórias**

● Põe-se numa xícara 1 colher de mel, 1 gema de ovo e um pouco de leite quente. Mistura-se tudo e toma-se pela manhã, em jejum.

460 **Ressaca**

● Ao acordar com ressaca, tome 1 colher das de sopa, bem cheia, de mel de abelha.

● Tome um copo de iogurte natural antes de deitar-se (durma sem travessieiro).

● Tome em jejum 1 copo de cerveja ou coma ostras cruas.

● Tome de hora em hora um copo de água de coco verde, de preferência gelado.

● Tome 1 colher (sopa) de óleo ou azeite, antes de começar a beber.

● Ferva, com água, durante 5 minutos, 3 folhas de jurubeba. Deixe esfriar, passe no liquidificador e tome um copo cheio.

● Tome 1 copo de leite gelado na hora que chegar em casa e outro ao acordar.

● Misturar 2 gotas de amoníaco em um copo d'água. Não é para ser bebida, mas sim cheirada. O mal-estar passa na hora.

● Em 1 copo d'água, coloque 1 colher (chá) de guaraná em pó e 10 gotinhas de limão. Beba e deite-se num quarto escuro, com uma compressa de água fria na cabeça.

461 **Retenção de líquidos no organismo**

● Tomar um chá de folha de unha-de-vaca (cipó-escada, escada-de-jabutí, mororó-cipó).

462 *Reumatismo*

● Encha um vidro com pétalas de cravo-de-defunto e álcool e deixe em repouso por vários dias até o álcool ficar amarelo. Molhe um algodão neste líquido, passe no local dolorido e massageie por alguns instantes.

● Coloque algumas sementes de sucupira em vinho branco. Deixe curtir por algumas horas. Tome uma dose, todos os dias, em jejum.

● Faça um chá com 1 raiz de gengibre (2 cm) e 4 a 6 sementes de imbirá quebradas e sem miolo, cozinhando em água durante 15 minutos. Deixe esfriar e tome 3 vezes ao dia. É picante e amargo, mas o efeito é ótimo.

● Faz-se um chá de folhas de bambu. Toma-se meio copo ainda morno, 1 vez ao dia.

● Banhar a parte dolorida com chá de capim-gordura e tomar também um pouco de chá.

● Ponha 1 folha de samambaia comum numa vasilha de água quente (1/4 de litro). Deixe-a curtir, durante meia hora. Beba o líquido 2 vezes ao dia.

● Friccione a parte do corpo atingida com o seguinte: 500 gramas de flores secas de camomila, 200 gramas de azeite de cânfora e 20 gramas de álcool a 60°. Coloque a camomila no azeite e aqueça em banho-maria pelo menos 2 horas. Dissolva a cânfora no álcool. Quando o azeite estiver frio, coe-o em um guardanapo, que se deve apertar bem para sair todo o suco da camomila. Misture o óleo ao álcool canforado e coloque o líquido em uma garrafa com tampa esmerilhada.

● Tome diariamente, à vontade, suco de pepino adicionado ao de cenoura.

● Colhe-se uma xícara pequena de leite de pinhão-bravo (encontrado no Nordeste) e coloca-se dentro de uma garrafa de cachaça. Toda manhã, em jejum, tome 1 colher (sopa) da infusão e banhe as partes do corpo atacadas pelo reumatismo com esta mesma solução.

● Rale um caroço de abacate e coloque-o dentro de uma garrafa de 1 litro, cortando com álcool (92 graus). Deixe curtir por 1 semana. Friccione, à noite, sobre o local dolorido.

● Faça um chá de samambaia. Deixe curtir por alguns minutos e beba-o em seguida.

● Amasse algumas folhas de malmequin, deixe em infusão no álcool por 2 dias e passe depois nos locais afetados.

● Triture bem 2 ovos de galinha (com casca) no liquidificador. Misture com 200 gramas de essência de terebintina. Deixe por 8 dias; passado este tempo, agite bem e aplique nas partes afetadas do corpo, por vários dias.



● Prepare um chá, sem açúcar, com folhas de chapéu-de-couro (chá-da-campana, erva-do-brejo, erva-do-pântano). Tome 1 xícara pela manhã e outra à noite.

● Faça uma pomada com um pouco de cânfora e a banha (derreida) que era no rim do carneiro. Massageie com ela a região dolorida.

- Fricção o local afetado com infusão de álcool e sementes de algodão, 3 vezes ao dia.

- Passe álcool no local dolorido, massageando verticalmente, nunca em círculos. Enrole uma atadura em volta e fique com o local imóvel por alguns instantes.

- Esprema o suco de 1 limão e junte 2 colheres de água mineral. Tome durante 3 dias.

- Adicione em 1 litro de álcool alguns pedacinhos de nó de pinheiro. Deixe descansar por 10 dias. Aplique no local sem massagear.

- Faça fricções de álcool canforado no local dolorido.

- Faça uma infusão com 4 colheres (sopas) de sálvia e 1 litro de água quente. Coe e misture na água do seu banho de imersão.



- Faça uma infusão de álcool com bastante alho e deixe curtir por 3 dias. Use, para coar, quando sentir dor.

- Coloque uma espada-de-são-jorge coada em pedaços em infusão no álcool. Use na região dolorida.

463 Reumatismo ou dor lombar

- Para reumatismo ou dor lombar basta colocar numa garrafa, por 1 dia, alguns pedaços de raiz de pita e um pouco de vinho. Depois é só passar no local dolorido.

- Faça um chá de folhas de samambaia. Beba, constantemente, durante todo o dia.



464 Reumatismo ou dor nas costas

- Use cataplasmas de folhas de alface quentes.

465 Rouquidão

- Pique um quiabo em rodela, coloque água fervente e abafe. Coe e beba.

- Faça uma calda com 2 colheres (sopa) de açúcar, 4 rodela de cebola (de preferência branca) e 1 xícara (café) de água. Coe e tome quente.

- Gargarejos de mel de abelha, diluídos num copo de água morna.

- Recheie uma maçã com mel e asse até ficar levemente tostada. Coma em jejum



- Bater uma clara em neve com açúcar e juntar uma limonada bem forte. Gargareje com a mistura, 2 vezes ao dia.
- Ferva 20 gramas de raiz de gengibre em 1 litro de água e coe espremendo. Faça gargarejos.
- Ferva uma rama de alecrim com 3 copos d'água. Cubra e deixe esfriar. Tome meio copo, ao deitar, durante 3 dias.
- Asse uma castanha de caju até ficar preta, coloque em uma xícara com 2 colheres (sobremesa) de açúcar e mexa. Depois jogue água quente e abafe. Tome frio
- Faça um chá com casca de romã e folhas de laranjeira e beba ao deitar
- Adicione 1 colher de manteiga numa xícara com café bem quente. Tome.
- Faça uma papa grossa com açúcar e limão e vá comendo aos poucos, até sentir que melhorou. Pode repetir 2 ou 3 vezes ao dia.

124

- Faça uma fervura de cascas de romã com sal. Gargareje 3 vezes ao dia

- Faça gargarejos com uma solução de água quente, mel e vinagre

- Tome mel de abelha-africana. Para colher de mel, 4 gotas de limão. Tome uma de dormir

466 Rugas

- Esfregue mamão maduro sobre a pele
- Misture mel com algumas gotas de limão e um pouco de aveia. Aplique no rosto. Espalhe e deixe por 20 minutos. Retire com água morna e sem sabonete. Repita a cada 15 dias.
- Misture uma batata cozida e amassada com 1 colher de leite e outra de azeite. Aplique por algum tempo. Retire com água morna.



467 Rugas iniciais e precoces

- Prepare uma loção, usando 20 gramas de bulbo de lino misturado com a mesma quantidade de mel de abelha e 10 gramas de cera branca, derretida. Aplique sobre o rosto

470 Sangramento das gengivas

- Bocheche água salgada após cada refeição. Também se utiliza raiz de alcaçuz para amaciar gengivas inflamadas.

471 Sangue pisado

- Para retirar o sangue de uma unha, depois que esta recebeu uma pancada, es quente a ponta de um arame até ficar rubra e perfure a unha acima da marca de sangue. A dor, nestes casos, é provocada pela pressão do sangue no interior da unha.

472 Sapinho

- Sapinhos são manchas esbranquiçadas na mucosa bucal produzidas por um cogumelo, mais comuns em crianças. Para eliminá-los, aplique mel (com um algodão) diretamente no local atingido. Algumas poucas aplicações serão suficientes para que eles desapareçam.
- Passe algodão embebido em café amargo sobre a região atingida, várias vezes ao dia.



- Use a água do feijão após a primeira fervura, antes de pôr tempero. Passe em toda a boca, usando gaze. Não é para ser bebida.

- Ponha no local sal em pedra, durante 5 minutos; fazer 3 vezes ao dia.

- Faça uma limpeza bucal com mel rosado ou violeta de genciana, 2 ou 3 vezes ao dia.

473 Sapinho em bebês e em crianças maiores

- Para curar sapinhos do bebê, coloque um ferro no fogo até ficar em brasa, depois coloque este ferro na água, e a seguir beba a boca do neném com esta água.

- Limpe a boca do bebê, delicadamente, com um pedacinho de gaze enrolado no dedo e molhado em uma solução feita de 1 colher de bicarbonato de sódio e 1 xícara de água.

- Lave o local afetado com uma solução de malva (simples, sem perfume) fervida com água.

- Lave a boca da criança com caldo de tomate maduro.

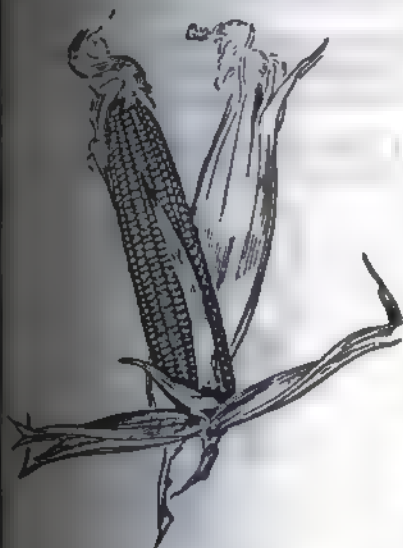
- Cozinhe feijão sem tempero e passe o caldo na boca da criança 3 a 4 vezes ao dia.

474 Sapinho em recém-nascido

- Colocar 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio na água em que for esquentar as mamadeiras e chupetas.

Sarampo

- Pegue flores de sabugueiro e faça um chá. Deixe esfriar bem. Em seguida tome devagar.
- Para aliviar o corpo, toma-se banho com erva de milho.



- Para impedir que o sarampo atinja os olhos, mastigue um dente de alho e assope os olhos do doente.

Sarampo recolhido

- Faça um chá de lentilhas e tome bem quente.

Sardas

- Massageie a região onde elas aparecem fazendo a mistura de 1 colher (chá) de suco de limão, água oxigenada (10 volumes) e 1 colher de glicerina.

- Bata algumas claras em neve. Aplique nas sardas e deixe secar. Faça isso diariamente, durante 15 dias.

- Bata uma clara de ovo em neve e junte o suco de meio limão. Aplique no rosto por 15 minutos. Lave com água morna.

- Faça um creme com casca de ovo dissolvida em sumo de limão (deixe de molho) e passe nas sardas.

- Misture em partes iguais suco de limão, chá de salsa e água de arroz. Aplique sobre as sardas.

- Corte uma beterraba ao meio e passe pelo rosto diariamente.

478 Sarna

- Cozinhe o bulbo do alho (parte central onde se fixam os dentes), amasse-o e coloque sobre a parte afetada.

- Triturar alguns dentes de alho e cozê-los com um pouco de manteiga. Passe na região afetada, à noite, durante 3 dias.

- As folhas de alho, moídas e misturadas com sal e vinagre, fazem desaparecer a sarna em pouco tempo.

- Coloque em uma panela 1 litro de água e 20 gramas de arruda. Deixe ferver por 20 minutos. Antes de deitar, aplique-o frio sobre as partes afetadas, durante 5 dias.

- Misturar enxofre (3 colheres das de sopa), em meio litro de água. Passar sobre os locais afetados, à noite antes de dormir, por 3 dias consecutivos. Na manhã seguinte, trocar toda a roupa de dormir e de cama e fervê-las. Nos animais dá-se um banho com esta solução.

- Esmague algumas folhas de anil e empregue topicamente em toda a região afetada.

479 **Sarna em cães**

- Passar-lhe no pelo algodão embebido em querosene, 3 dias seguidos. O pelo do animal crescerá sedoso e bonito.

480 **Seborréia ou caspa**

- Friccione o couro cabeludo com uma mistura de glicerina (1 colher das de chá), álcool (2 colheres das de chá) e água de rosas (1 vidro), 2 vezes ao dia.

481 **Sede**

- Quando a sede custar a passar, pingue algumas gotas de limão na água que beber.

482 **Selos empedrados**

- Faça compressas de gengibre com farinha de mandioca.

483 **Sífilis, Infecções da pele, reumatismo**

- Faça um chá de carobinha. Tome morno, em pequenas quantidades.

484 **Sinusite**

- Mastigar, por 15 minutos, um pedaço de favo de mel do tamanho de um chiclete, rejeitando o resíduo. Repetir 6 vezes ao dia.
- Elimine o leite e seus derivados de sua alimentação durante 2 semanas por mês.
- Prepare uma mistura de óleo de mostarda, duas colheres de óleo vegetal e uma colher de chá de mostarda seca (em pó). Massageie a testa com esta mistura, principalmente na região acima dos olhos, esfregue suavemente em direção às têmporas, e deixe que ela penetre nos poros.

- Embeba um lenço em álcool e cheire-o profundamente, várias vezes ao dia.

- Rale bem fino um rábano picante. Misture um pouco de suco de limão e misture para formar uma pasta grossa. Tome 1 colher das de chá de manhã e outra à tarde. Recomenda-se não beber ou comer nada pelo menos até uma hora depois de cada dose.

- Pique uma buchinha-do-norte, leve e inale os vapores por 5 minutos. Faça várias inalações, dependendo do caso.

- Torra sementes de girassol e soque-as. Cheire de vez em quando e a dor passará.



- Queime alguns dentes de alho, aspire a fumaça e deixe a coriza descer por si só.

- Ferva água e coloque pó de café a seque, ponha o rosto sobre o vapor e aspire. Faça a inalação antes de deitar. Repita a operação durante 15 dias.

- Tome 1 xícara de chá de ginseng após as refeições.

- Cheire sal torrado até começar a espirrar. Deixe a coriza escorrer bastante.

- Pingue 2 gotas de chá de cabacinha do mato em cada nanna, 3 vezes ao dia.

- Ingerir pequenas quantidades de açúcar até cessarem as contrações.

- Beba um copo duplo de água bem gelada. Mantenha os olhos fechados ao bebê-lo e tape os ouvidos com algodão.



- Tome algumas gotas de vinagre com açúcar ou coloque uma pitada de sal embaixo da língua.

- Tome 1 copo d'água, flexionando o pescoço para baixo.

- Acabe com os soluços molhando a parte inferior das orelhas com um pouco de água gelada.

- Faça uma compressão ao redor dos nervos que percorrem a base do pescoço logo acima da clavícula. Assim procedendo, o soluço cessará.

- Pressione os ouvidos com as palmas das mãos, um vez que o nervo do tímpano tem conexão com um nervo que vai ao diafragma.

488 Soluços ou cólicas intestinais

- Tome um chá de noz-moscada.

489 Suor fétido nas axilas ou nos pés

- Misture suco de 1 limão-galego em cinza de carvão. Estregue nessas regiões pelo menos 3 vezes ao dia, durante 3 dias.

490 Suor nos pés

- Se os seus pés suam muito, lave-os todas as noites com água morna e sabonete. Depois enxugá-los, aplique álcool todado ou café torrado.

491 **Tabagismo**

• Para combater resíduos de nicotina agregados às paredes da traquéia e brônquios, tome chá de cascas de jatobá (*Hymenaea*). A ingestão da seiva de jatobá pode auxiliar no tratamento.

492 **Taquicardia**

• Respire fundo, cerca de 20 vezes, pausadamente. Durante as aspirações pressione a ponta do dedo mínimo da mão esquerda, lentamente, usando o polegar e o indicador da mão direita. A pressão com os dedos deve ser feita do lado da unha do dedo mínimo.

493 **Taquicardia e resfriados**

• Chá de folhas de alecrim (*Rosmarinus officinalis*). Os antigos usavam também infusão de folhas e ramos de alecrim numa garrafa de vinho branco de boa qualidade.



494 **Tártaro nos dentes**

• Esfregue morangos nos dentes e nas gengivas. Eles não só eliminam o tártaro como deixam os dentes mais brilhantes e mais fortes. Use apenas morangos frescos e sem açúcar.



495 **Tensão nervosa**

• Faça um chá de folhas de maracujazeiro. Tome todas às noites ao deitar.

496 **Terçol**

• Aplique algumas fatias de gengibre sobre o local.

• Envolver uma pedra de gelo em um lenço e ponha sobre o terçol até não aguentar mais. Repita várias vezes e o terçol desaparecerá.

● **Faça o seguinte xarope:** 4 folhas de laranjeira (laranja-da-terra), 1/2 quilo de açúcar, 4 folhas de saão, 1 molho de agrião, 1 copo de água e ramos de poejo (erva cultivada no Brasil como planta aromática, de folhas pequenas e que, quando esmagadas, cedem um suco rico em mentol). Lave bem as folhas e deixe ferver de 20 a 30 minutos em fogo brando, até ficar no ponto. Tome 3 vezes ao dia até que a tosse desapareça.

● **Corte 2 figos secos em fatias e junte-os** a 1 copo de leite, numa panela. Ferva durante alguns minutos e deixe esfriar durante 1 hora. Beba 1 copo de manhã e prepare uma nova porção à noite.

● **Junte em 1 copo de leite quente:** 1 colher (sopa) de mel, 1 colher (chá) de manteiga e uma gema de ovo crua. Misture tudo e tome ao deitar.

● **Pegue 2 cenouras bem frescas, corte em fatias finas, ponha em um prato e polvilhe com açúcar.** Deixe curtir por algumas horas e tome o suco obtido.

● **Coloque 1 dente de alho em uma xícara e ponha água fervendo por cima, abafando em seguida.** Tome ainda quente.

● **Coloque num prato uma maçã ralada com a casca e despeje sobre ela um copo de leite fervente.** Coma logo em seguida.

● **Ferva sem mexer, em 1 litro d'água, 9 folhas de figueira e 9 colheres de açúcar,** até formar uma calda fina. Beba uma xícara (chá) desta calda, quando estiver em crise.

● **Cozinhe 4 cascas frescas e limpas de banana-prata em um pouco d'água com açúcar.** Deixe em repouso até formar uma calda. Coe num pano limpo e ponha numa garrafa. Tome uma colher das de sobremesa ao deitar.

● **Tome um chá quente feito com folhas de nespereira, à vontade.**

● **Ferva algumas cascas de angico, coe e coloque açúcar até fazer um xarope.** Guarde em uma garrafa e tome 2 vezes ao dia.

● **Coloque em uma vasilha um punhado de flores de mamão e um pouco de mel.** Despeje um copo de água quente e tampe bem. Deixe esfriar e tome às colheradas, de hora em hora.



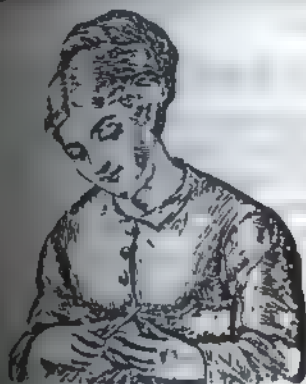
● **Quando estiver em crise, spanhe um pouquinho de pimenta-do-reino moída, misture com açúcar e engula.**

● **Misture 2 colheres (sopa) de mel, suco de 2 ou 3 limões maduros, 1/2 copo de água e 1 colher (chá) de margarina.** Tome o mais quente que puder, 3 vezes ao dia.

● **Ferva em 2 xícaras de água, por 5 minutos, 3 galhos de hortelã, 3 galhos de poejo e 3 dentes de alho esmagados.** Depois, esprema no fogo, adicione 1 xícara de água e

3 colheres (mel) de abelha-mirim (abelhas que dão em pau). Deixe dar o ponto de xarope e retire. Depois de frio, coloque em um vidro limpo. Tome 1 colher das de chá, 3 vezes ao dia.

● Corte 1 cebola em fatias e polvilhe com um pouco de açúcar. Deixe por uma noite e, na manhã seguinte, beba o suco.



● Seque o fruto do jatobá até virar pó. Coloque no mel de abelha-da-europa ou jatá. Tome 1 colher das de sopa 3 vezes ao dia, por vários dias consecutivos.

● Pegue um rábano, rale e coloque-o num pote de mel. Deixe repousar por 2 horas. Tome 1 colher das de sopa, 5 vezes, ou mais, ao dia.

● Desmanche, em um copo de leite fervente, 4 ameixas em calda. Tome quente, antes de deitar.

● Leve ao fogo, por 10 minutos, 10 folhas de hortelã e 1 copo de água. Adoce com 1 colher de mel. Coe e tome 1 colher das de sopa a cada 4 horas.

● Faça um chá com 1 limão cortado em quatro partes, algumas cascas secas de cedro e 2 copos grandes de água. Beba aos poucos, durante o dia.

● Pegue as flores ou cascas de pau-de-rato (catingueira) e ponha em uma panela sem água e com um pouco de açúcar. Depois de bem queimados, ponha água o suficiente para cobri-los e acrescente um pacotinho de canela em pó. Deixe ferver. Tome frio, 3 vezes ao dia, como se fosse xarope.

● Açúcar queimado, água, mel, limão e alho. Queime o açúcar, junte a água e o mel, depois o limão e o alho. Deixe ferver até ficar uma calda. Tome às colheradas.

● Faça um chá com 3 folhas pequenas de figo, 1 folha de eucalipto e 2 xícaras de água. Adoce com 1 colher de mel e tome quente.

● Ferva num recipiente 4 limões sem casca, 1 litro de leite, 3 colheres de açúcar cristal, 5 colheres de mel e 1 cálice de conhaque de alcatrão. Depois de tudo bem fervido e coado, coloque num vidro fechado e tome como xarope.

● Faça um chá de alfavaca. Deixe esfriar e faça uma batida, juntamente com um ovo de galinha. Tome antes de deitar.

● Tome 1 colher (sobremesa) de caldo de limão, ao deitar.

● Ferva um copo de leite, adicionando-lhe uma colher de chá de manteiga ou margarina e uma colher de mel. Beba bem quente.

● Caramele um pouco de açúcar em uma vasilha. Coloque água e adicione um punhado de carqueja. Deixe ferver até engrossar. Tome às colheradas.

● Cozinhe uma beterraba somente com açúcar, isto é, sem água. Depois que estiver murcha, retire o caldo que ficou e dê (ou tome), 3 vezes ao dia.

● Faça um chá de alho amassado e beba diariamente.

522 Unheiro

- Coloque um pedaço de limão para esquentar. Estregue, ainda quente, sobre a unha atingida.
- São curados no prazo de 5 dias, aproximadamente, aplicando-se alúmen em pó (pedra-ume). Primeiro, aplica-se sabão sobre o unheiro que, no final de 24 horas, é retirado; depois se coloca a pedra-ume, que é conservada sobre o unheiro com algodão e esparadrapo.
- Aplique sumo de cebola nas unhas afetadas.
- Amassar um pedaço de sabão (virgem) com açúcar. Coloque a mistura sobre o local afetado e amarre com gaze ou pano.
- Para curá-lo, esfregue flor de abóbora até sarar.
- Quebre 1 ovo de galinha e separe a película que fica na casca, enrole a unha com esta película e deixe-a durante toda a noite. Dói um pouco quando seca, mas deve-se agüentar. Na 2.ª ou 3.ª noite, o pus vazará e melhorará o unheiro.
- Durante 10 dias consecutivos use, debaixo da unha afetada, uma pasta feita de pó-de-joana (encontrado em farmácias) com azeite caseiro.
- Junte enxofre, ácido bórico e banha em rama (de porco) em partes iguais, misturando a banha derretida com os demais ingredientes. Passe no unheiro diariamente.
- Coloque o dedo dentro de um recipiente, com água bem quente e uma colher (sopa) de borato de sódio, durante alguns minutos. Faça, em seguida, compressas bem quentes com esta mesma água e troque a cada 10 minutos.

● Coloque 1 colher (sopa) de ácido bórico em meio copo de álcool. Aplique esta solução nas unhas bem limpas.

523 Uretra infeccionada

- Faça um chá de amor-do-campo. Tome frio, à vontade.

524 Urina presa

- Pegue 10 sementes de melancia, soque e cozinhe bastante. Adoce à vontade. Tome uma xícara das de chá, 3 vezes ao dia.
- Coloque água fria em uma bacia e sente-se nela, despido.
- Prepare um chá com quebra-pedra (fura-paredes, erva-de-santana), folhas de abacate e barba de milho. Tome-o frio como água, até que os sintomas desapareçam.



- Ferva 30 gramas de pedúnculos de cerejas em 1 litro d'água durante 10 minutos, despejando todo o conteúdo, bem quente, sobre 1/2 quilo de cerejas frescas. Dê um repouso durante 20 minutos e em seguida coe, espremendo-as ligeiramente sobre uma peneira espessa.

Urina solta

- Tome um chá feito com as ervas catinga-de-bode e centáurea. Se preferir adocicar seu sabor acrescente um pouco de mel.

Urticária

- Prepare uma mistura de molho tártaro e água. Quando a mistura estiver bem pastosa, aplique sobre o local afetado. Deixe durante toda a noite.

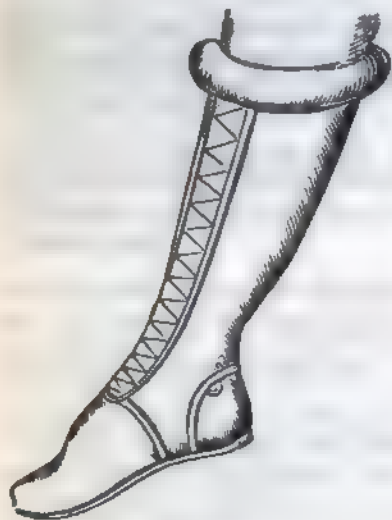


527 Vaginite

- Tome chá de folhas de framboesa.

528 Varizes

- Aplique óleo de ipê-amarelo nos locais afetados pelas varizes.
- Coloque o miolo da flor copo-de-leite de molho no álcool de cereais (homeopatia). Feche bem o vidro e, quando o líquido se tornar amarelo, passe nas varizes.
- Aplique todos os dias um chá feito com meio copo d'água, 1/3 de óleo de mamona e sal. As varizes desaparecerão pouco a pouco.



- Corte 3 caroços de abacate e passe-os no liquidificador. Coloque em 1 litro de álcool e deixe por 3 dias. Com esta solução, faça massagens locais.

529 Vermes

- Tome chá de erva-de-santa-maria. Um copo pela manhã e um à noite, durante 3 dias.
- Faça um xarope com suco de cebola e mel, tomando 3 vezes ao dia. Excelente para expulsar vermes intestinais de crianças.
- Ferva hortelã, alho e leite juntos e tome 1 colher das de sopa 1 vez por mês.
- Colocar 1 colher (sopa) de arroz integral, bem lavado, em meio copo de água filtrada. No dia seguinte mastigar bem, aos poucos, o arroz cru até ele virar uma pasta fina e engolir. Se quiser, pode beber a água em que o arroz ficou de molho.
- Faça um xarope de suco de erva-de-santa-maria e tome 1 colher toda manhã, em jejum.
- Para combater vermes, rale a casca de limão e engula com um pouco de açúcar. As sementes de limão também agem como vermífugo. Pegue 15 sementes, triture e cozinhe com leite. Coe e tome com açúcar em jejum.
- Para eliminar lombrigas, pegue um caroço de manga e abra-o, tirando o miolo. Faça um chá, deixe esfriar e beba.

● Toda manhã, em jejum, tome chá de folhas de hortelã.

● Prepare uma infusão de 3 dentes de alho em 1 copo duplo de água fervente, por 10 minutos. Tome-a aos poucos. Suco de cenoura crua também é um excelente remédio.

● Corte um alho em rodelas e tome cada rodela acompanhada de um copo d'água, como se fossem comprimidos. Faça isso todas as manhãs, em jejum, durante 15 dias consecutivos.

● Descasque uma boa quantidade de sementes de abóbora, torre-as e reduza a pó. Coma em jejum, nos 3 primeiros dias de lua minguante, 1 colher das de sopa deste pó misturado com açúcar ou no leite.

● Misture algumas cascas secas e moídas de laranja com mel. Tome 2 colheres das de chá em jejum, durante vários dias.

● Retire as sementes de uma abóbora madura e deixe-as no sereno por uma noite. Depois moa. Tome 1 copo de leite morno com 2 colheres bem cheias desta massa, à noite.

Vermes, má digestão ou nervosismo

● Faça um chá de erva-de-santa-maria e tome 3 xícaras por dia.

Verrugas

● Queime-as com gelo seco, 3 vezes ao dia, durante 3 dias.

● Por alguns dias seguidos, aplique, pela manhã, folhas de boa-noite (amassadas) sobre as verrugas, por 15 minutos.

● Passe durante alguns dias uma mistura de água oxigenada (10 volumes) e iodo. Após alguns dias, as verrugas desaparecerão.

● Pegue algumas lesmas (encontradas em jardins) com uma pinça e aplique sobre as verrugas; deixe-as sem lavar pelo menos 5 horas. Repita o tratamento 1 semana.



● Elimine-as, cobrindo-as com esparadrapo após uma aplicação de formalina e ácido salicílico. Repita a operação de 2 em 2 dias e, após 2 semanas, retire as partes mortas da verruga, que desaparecerá dentro de 2 meses.

● Corte uma banana-maçã verde ao meio e passe sobre a verruga, diariamente.

● Pegue uma berinjela com casca, corte uma fatia e passe nas verrugas, pelo menos 2 vezes por dia. O suco que sai da berinjela faz sumir as verrugas.

● Corte a ponta superior de um chuchu e fricção até sair uma espuma branca, que deve ser colocada diariamente sobre a verruga.

● Em um vidro, junte vinagre forte com a casca de 2 limões. Deixe a mistura curtir durante uma semana. Depois pincele as verrugas com esta infusão, 2 vezes ao dia.

Relação dos Colaboradores

A

Ana Christina Junqueira Carvalho, Antônia Pequena Neta Bulhões, Alzira Tavares Rodrigues, Ana Flávia Lucas Bila, Ana Alice de Souza Manzan, Auricélio Ribeiro, Ambrósio Antoine Honan Troke, Araceli Cristina Ferreira Gomes, Antônio Carlos Pierro, Alcides Moraes Nogueira, Ana Cristina de O Grandeza, Ângela Reiss Mattioli, Alberto Bertellotti, Adylla Leite Costa, Ana Teles Borges, Anete Kraszkoff, Aída T. Santiago, Antônio Neto, Aracy Braga Scarpelli, Abigail Cláudio Simões, Ana Célia Pereira, Arimilton Cláudio da Silva, Andréa Paci de Paula, Abigail da Silva Leitão, Antônio Marsengo, Ana Rita de Oliveira Pires, Albênia Gonçalves da Fonseca, Ana Maria Welte Gonçalves, Alice Bonício, Alex Martins Paiva, Ângela Maria Alves, Alcione Batista Dias, Antônio Edvaldo de Lima, Antônio Sestari Neto, Abel Cirno Hinke, Adriana Pagnocelli, Alzira de Souza, Aparecida Tavares de Souza, Antônio M. Dutra, Ademar Braz de Lima, Ana Moreira, Arlete do Carmo Teixeira, Ataíde Prado, Antônio Sampaio, Ana Lúcia de Moraes Barros, Armindo Leite Maillou, Antônio C. F. Sousa, Ângelo Muller Filho, Anete Feijó Cavalcante, Alexandre Vieira Gonçalves, Agnes Helena Dreux Costa, Antônio Luiz Pechebela, Aparecida Bento Camargo, Alcides Novaes Nogueira, Arary Nascimento, Aurino Maia do Nascimento, Alípio Prado, André Calvo Júnior, Altair de Oliveira Prata, Aldebaran Brasiliense da Silva, Alexandre Moura Guimarães, Antônio Cláudio de Lucas Paula Maia, Alda Nadir da Cruz de Oliveira, Ângela M. Mendes Britto, Ângela Perpétuo de O. S. Barreto, Ari de Toledo Macha-

do Filho, Ademar M. Gonçalves, Ângela Cristina dos Santos Alcântara, Ângela Maria de Freitas, Alexandre Torres Pinto, Ana Marta Texeira de Paiva, Adelar Nóra, Antônio Carlos Bahia de Souza, Artur I. Pereira, Almerinda Gonçalves de Souza, Ângela da Costa Alcântara, Ana Márcia de Souza, Aldo C. Lopes, Alexandre N. Severo, Astrogilda Martins Carneiro, Amazília Gomes da Silva, Ana Maria Ogata, Antônia Souza Santos, Alexandre Rampelotto, Adilson Matos Pereira, Alberto José de Santos, Antônio Carlos Budha, Ana Paula Amorim, Antônio Marcelo Soares Guimarães, Ângela Maria Palazzo, Ana Lúcia de Moraes Carvalho, Anir Luís Bizarro Lopes, Amélia D. Sousa, Antonieta Maria Tenório Barros, Amedorina Ramos Ferreira, Ângelo Lia Lima, Aparecida da Silva Lopes, Antônio Jorge Dias dos Santos, Alexandre Santos Lobão, Annie Mireille Mendonça, Alzira Batista Brasil, Aldair Pegado de Almêida, Alderino de Azevedo, Agripina Calheiros Lopes, Ana Cristina Santos de Souza, Arelson Borgonha Querino, Adauto de Carvalho, Ângelo Benetti, Ana Lúcia Souza Nascimento, Antônio Carlos T. Sourto, Arlete Cavalcante Galindo, Arnaldo Machado, Adilson Lima, Alexandre Souza, Aureliano J. Q. Santos, Avelino A. Leite, Antônio Barbosa Melo, Anísio F. Costa, Adriana P. da Silva, Amaral Isabel do Nascimento Soares, Ana Rita Diamantino, Antônio Carlos Fiuza, Aparecida Dora Spuldan, Artur M. Saldanha, Antônio Marcelo Soares Guimarães, Ana Altiva Cacheado Mateus, Anitta W. Chumello, Antônio Carlos Azinha Pinto, Alice Martins, Alexandre Vilela de Abreu, Arlinda Silva Santos, Alda Alves Lopes, Antônio Pedro da Silva, Alice Mignac Araújo, Ananias

Grassi Zuini, Agripina Gonçalves, Ayrene Pedrado Gallo, Adão Luz Costa Alves, André H. Gadelha, Albaniza R. Medeiros, Athaides Soares Silva, Agripina Calheiros Lopes, Aildo Jorge Toledo, Aparecida Bento Camargo, Ana Maria Franco da Silva, Antônio Guimarães Vasconcelos.

B

Benvinda Santos Martins, Belarmino de S. Bandeira, Brasilina Nascimento da Silva, Beatriz F. Santos, Benedita Pereira Dâmaso, Benedito Otávio Silva Maia.

C

Carla Marques Rondon, Cosme dos Santos, Clara Maria S. Raphaeli, Clara Frassinetti, Célia Santos Antão, Cássia Luiza e Silva, Carlos Maurício de Senna Botelho, Carlos Fernandes de Vasconcelos e Silva, Carmem A. Melo, Célia Tereza dos Santos, Carlos E. Souza, Cleide do Prado Franca, Carlos Alberto Santos Marques, Corália Carvalho Wanderley, Célia Russo, Célia Regina Rangel, Carlos Adriano Pela Rabelo, Cely Calatayud, Creusa Guimarães Machado, Clarice H. A. Pereira, Cilene Noleto da Silva, Cloves Chagas, Cláudio Régis de Oliveira Lima, Cleonisse Almeida Guerra, Cenira Frossard Mascarenhas, Cláudia Pereira Fernandes, Cláudia Adelaide Cingotta, Cristóvão Barbosa, Célia Maria Fabri, Carlos Antônio Granzoti, Célia Veissid, Cláudia M. Leval, Cleonésio Ribetto de Souza, Célia Barros, Carmem K. Nascimento, Carmem Lúcia Otto, Cristina L. Machado, Cid Portela de Sampaio, Cristina Bif, Carlos Fraga, Claudice de Carvalho, Celso Q. Ferreira Filho, Carlos F. Mendonça, Celino Ferreira Lopes, Célia Maria Turato, Cleomar Rey, Cristina S. Laredo, Carlos F. Fontana, Cristina M. do Amaral, Cândido Pires del Rio, Carmem Rosa Silva Monteiro, Catarina J. Carvalho, Carlos Roberto Wendt, César Go-

mes Gama, Carla Luzia Galvão Barata, Cláudia Santos Peixoto, Cristina Augusta de Oliveira Peixoto, Carlos J. Cardoso, Celita Di Tommaso, Cecília Cerqueira Costa, Cassiano R. Velho, Cláudia T. Marcondes, Cláudia M. S. Lacerda dos Santos, Célia S. Bastos, Cláudio Braga Campos, Celeste G. Dias Marco, Clélia Gomes de Faria, Celso Aparecido Pinto.

D

Daiva Palácio, Diana Rocha Hoffmann, Denise O. Bastos, Dalila da S. Dias, Dolores Carvalho, Dulcinéia A. de Souza, Deolinda Ferreira Pinto, Dachamir Hotza, Darcy Eiko Nakayama, Dinorá de Paula, Darci Carbone, Dario Itapary Nicolau, Duleina Andreone, Delmo Lima de Araújo, Dayse Barbosa da Silva, Domingos Sávio Cunha de Sá, Damião Escafuêla Serpa, Dirlei Biscaino, Donizeti S. Perpétuo, Doralice Lacerda de Araújo, Dolores de Aquino Pereira, Dulcileni dos Santos Sanz, Débora Brandão Moreira, Dolcina A. Azevedo, Denise Lopes Bastos, Denise Gomes Costa, Dilma M. Silva, Domingos L. Porto, Denise Aparecida S. Shipp, Dorly dos Santos Pinto, Décio de Oliveira Sanches Júnior, Delzuita B. Bonfim, Dezolma Mazzonetto, Delbla Maria da Silva Souza, Deborah Cohen, Dirce de Andrade, Dhébora Simone M. Araújo, Débora Pereira, Dionísia da Rosa Madruga.

E

Elisete dos Santos, Eleonora Martins, Édison Paulo Chu, Elias Jorge Rodrigues Nunes, Enéas Tyszlka, Eneyde Gomes de Carvalho, Eliseu Alves Rodrigues, Eugênio Cleto Júnior, Elaine Elisa Gomes de Almeida, Eliana Fiorio Checon, Edira Azeúlos, Evrose Monossab, Edson Ferreira da Conceição, Elizabeth Vasconcelo Pereira, Esdras Antônio Gouveia, Eli Bezerra de Oliveira, Estácio D. Saldanha, Elaine Viara Soltre, Edson Scholze, Elizabeth

Brandão, Edvaldo J. G. Costa, Eron Nelson Pereira, Elizabeth dos Santos, Edna Matsue de Moraes, Edvaldo José Gimenez Costa, Elizabeth Schweiger Rocha, Eliete Silva de Abreu, Eunice Costa de Medeiros, Elizabeth Lemos de Castro e Silva, Eliana Maria Rodrigues, Elísio Etsuo Mikado, Edilson Paulo Chu, Édson Macado Carli, Elisabeth de Lima Gil, Eder Ney Gouvêa Quintas, Eliane Steinmetz Mattos, Édson R. Pinheiro, Eleomar I. Ramalho, Edir Alves Freire, Eliana Glória Barbosa, Efraim F. Camargo, Edésio Paiva, Élcio N. Mattos, Eliana Radulenco, Eduardo Ramos Floering, Estefano Olanczukli, Eliane Junqueira, Eliane Sathier Ruela, Eduarda Ramos de Souza, Edicéia Maciel, Enrique Fernandes, Elizabete da Silva Lopes, Edna S. Silva, Elza F. M. Aquino, Eliana Borges Tarnús, Eduardo Shunji Ioda, Esmeralda Francisca Rodrigues, Eustáquio Machado, Ermeli T. Stadler, Elieth Pereira.



Francisco Barghigiani, Francisco P. Medeiros, Fátima L. Braga, Fernando I. Camargo, Francisca de Araújo Costa, Fátima Aparecida Lallier, Flora Ferreira Neta, Francisca de Paula Pereira, Fernando I. Moreira, Fátima Maria dos Santos Brito, Flomema S. Machado, Fábio J. Camargo, Francisco de Assis Júnior, Francisco de Assis de Souza, Francisco Jorge Mansano, Francisco Martins, Fabiano da Silva Pontes, Francisco H. Saldanha, Flávio de Fretas Coelho, Francisco A. Coelho, Francisco Ariberto de Alcantaz, Francisco Antônio da Silva Lima, Fátima Regina de Saboya e Silva, Francisco Gerardo Pessoa Araújo, Francisco César Souza Silva, Francisco H. Castro, Francisco Ascobeth de Lima, Floripes Gomes de Brito, Flávio de Conceição Passos, Fátima M. Santana, Fábio Almeida R. da Costa, Francisca da Silva Oliveira, Fátima de Lourdes Eberhard, Fernando César Carneira, Flávia R. de Campos, Francine Lorena Cuquel.



Guatemoque de Oliveira Ferreira, Gerson Kazumi Takara, Graciete Ramos, Guido de Souza, Giany Palazzo Ferreira, Galvani Viana da Silva, Geane Guimarães Pimenta, Gilson Santos da Silva, Giselda Barros Bolivar, Geraldo dos Anjos Soare, Gláucio B. Lima, Geraldo Santorí, Giovanna Maria P. Rodrigues, Girleli Aparecida de Almeida, Gleide Chaves, Gerson Antônio Passos, Gilson dos Santos Lopes, Geralda da Silva Machado, Geraldo Flávio de Paula Reis Sá, Gilson Menezes Cruz Sobrinho, Genilson Paes Soares, Germano Deretti, Gisele Francisca Pereira, Geraldo Nage Rodrigues.



Hanna Sevilha Gonçalves, Heloisa Maria Pereira, Henrique Jorge Castro Cruz, Henrique Luiz Kroehling, Helys Maria dos Reis, Helenita da Silva Martins, Hellani Muniz Guimarães, Hérmilton Jorge Sampaio Souza, Herotides da Paz Tavares da Silva, Hiolanda Trenton, Haroldo S. Calazans, Henrique G. Bastos, Hildegard Fugger, Helena O. Miranda, Heitor C. Freire, Hilda Alzira Fuchs, Hilda Camara, Hénida Sá Thimóteo, Heraldo Lins Marinho Dantas, Humberto Santos Lacerda, Hugo F. Xavier.



Ilonice C. Silva, Idhmá Brim Ribeiro, Ilse Maria Sopelsa, Izabel de Souza Motta, Isabela Maria Cesariano Menegon, Ione Aparecida Cabrera de Lima, Inez de Araújo Silva, Ivani Mazara de Oliveira, Iolanda Veloniskis, Iraydes de Matos Cortezano, Ivanir do Carmo Vieira, Iria Müller Poças, Ilma Rodrigues Moraes, Ivan de O. Fernandes, Ivone Monhos Zimmer, Isilda Aparecida Rodrigues, Isabel M. Coelho, Ilma de S. Manfredo, Ignácio de Loyola dos Passos Júnior, Ivance Maria da

Kátia Carvalho Wanderley, Kelson dos Santos Araújo, Kátia Santos, Katsuhiko Roberto Morimoto.

L

Lucidéa Trindade Campos, Lucimar Andreína Moraes, Luiz A. de Oliveira, Loeci Teresinha Schmitz, Lucinéia R. Gomes, Luiz Carlos da Silva, Liane Fetter Santos, Luiz Cláudio da Silva, Leomax Carneiro Miranda, Lenita Barreto Claro, Liorcino Mendes Pereira Filho, Leandro Boscato, Lucy Bicalho Melo, Lenira Zogaib, Luzelita Correia da Silva, Luís Carlos Caetano, Leila Anoni de Souza Dias, Laurita de Oliveira Silva, Lizete de Souza, Lurdes Mariano dos Santos, Lenira R. Sanches, Lélis Manoel de Araújo, Larissa M. Araújo, Lúcia Helena Maia Galvão, Licimetre Estevam, Luís Fernando Santiago Rocha, Luiza Carvalhaes de Albuquerque, Liliana Caversan, Luiz Alberto Matté, Luzia Maria de Azevedo Silveira, Lillian Selma Buzin, Luiz V. Campos, Luiz da Silva Santos, Lia Ellen de O. Camasciali, Lenise Alves Madeiro, Leda Ledoux Costa Teixeira, Lucilena Camillo Vermeque, Lindoval F. Viana, Luiz Vanderlei Chagas, Luiz Antônio Pedro, Luiz Celso Pinho, Lourdes Rocha de Moraes, Lindomar Rangel Pestana, Lillian Santos de Albuquerque, Lidia Kelko Ivasse Breguchi, Lúcia J. Alves, Lúcia Ben, Lélia Galeno Teixeira, Lúcia de Fátima Rosa da Trindade, Londuis Pereira de Souza, Louis Radial, Leila Machado Gomes, Lidia Satiko Oku, Luiz Henrique Sanches, Luiza Lara G. de Oliveira, Lia de Jesus Teixeira, Lenilson de Oliveira, Leonardo B. da Silva, Luis Paulo N. de Arruda, Laura Favalli, Leonilda Dalla Costa, Lucrécia Oliveira Bueno, Lucy Cyriaco Lago, Luiz Alfredo Vieira Leonardo, Lucimar Garcez de Moura, Lucy A. Sampaio, Lidia Carolina Gardina, Luiz Carlos Jesus Azevedo, Lizete dos Passos.

Maria T. da Silva, Marganda S. Barbosa, Maria Rita Fontoura, Minian R. Lisboa Xavier, Maria do Carmo Félix da Silva, Maria Antônia de Campos, Manoel Oliveira, Márcia Machado, Mirna Tane Yoshida, Maria das Graças Pedrosa da Silva, Maria Conceição Bovolon, Marize Bezerra de Araújo, Marisa D. Xavier, Miguel Magalhães Santos, Manoel G. Camargo, Maria Antonieta F. de Souza, Maria Dolores G. Cunha, Maria Rodrigues Costa, Maria José Teixeira de Oliveira, Medorina Silveira de Souza, Magnólia Lúcia Silva, Maria de Lourdes Maciel Ferreira, Marcelo B. Saldanha, Maria Helena de Melo Monteiro, Maria Aparecida Rodrigues França, Márcio Pereira, Mirtes Pereira de Jesus, Maria de Lourdes Cunha, Miguel Toni Filho, Maria de Lourdes da Cruz, Maria de Lourdes Cavalcante Barreto, Magali Zublaurre, Miriam Carla Goulart Henriques, Marcelo Teixeira D'Oliveira, Maria José Fontes da Silva Oliveira, Marcos Antônio Aguiar dos Santos, Maurício Breves da Silva, Márcio Gualberto Coelho, Maria do Carmo Prizia do Amaral, Mary Onishi Fernandes, Maria de Lourdes Souza Araújo, Maria Bueno Barbosa, Maria Alice Bloch de Faria, Maria Dária de Meneses Dantas, Marli Ferreira de Souza, Marcos Prestes, Maria Enilda Ribeiro da Silva, Maria Dalva Penha de Oliveira, Márcia Cristina A. Rabelo, Margareth Saib Chéquer, Maria das Graças E. Mello, Mariângela Mattos Grosso, Maria José Brandão de Moraes, Marcos Silva Wanderley, Maria Antonieta Alves Gomes, Márcia Guedes, Maria Tereza Ferreira Rotondo, Maria Angélica Muniz, Maria Bezerra da Nóbrega Neta, Márcio Gomes Fraga, Maria José Rocha de Souza, Maria Dalva Chaves Martinez, Maria Geny Fonseca Souza, Maria Gorete Teixeira Silva, Maria Cristina Sakamoto, Marcos B. Santana, Matilde R. Batista, Marta C. Barbosa, Mônica J. Leal, Maria do Horto Mendonça Gomes, Maria Rejane Ferreira da Silva, Marilda da Silva, Maria Consolação Silva, Manoel Gabriel da

Silva, Milton Beck, Max Baer Freitas Ferreira, Maria Marluce Alves dos Santos, Maria José Souza Morais, Márcia Barbosa Mascarenhas, Marta Regina da Silva, Márcio Olímpio de Brito, Moisés Araújo Andrade, Marcos César dos Santos, Maria das Dores R. Mendes, Márcia Helena Piazzi, Mercês Nascente de Souza, Maria Regina de Lavra, Maria Angelina Lourenço de Moura, Magaly Feijó Chalkéo, Marília Rezende Godoy, Maicira Trevisan, Mariana E. Bonfim, Maria José Arruda Barros, Maria Helena de Melo Monteiro, Maria Emília G. da Silva Ponte, Manuel Tarcísio de Queirós Cauper, Maria Conceição Moretto, Maria Jussara Trindade, Marlene Bottéchia, Maria do Carmo Pontes, Marta Gomes, Maria Abadia Pereira de Souza, Maria Isabel da Costa, Marcela Godoy Costa, Maria Lucenilda Pontes da Silva, Manoel Augusto S. Graça, Maria Madalena de Oliveira Ferreira, Mônica Ferreira Silva, Maria Conceição Maia da Cruz, Mônica Albuquerque, Manoel Moreira, Maria José L. Veloso, Mário Moreira Alves, Maria Aparecida Mamoica, Maria das Graças Martins Silva, Marilda Marques, Marcus César Malta, Maria Altayr d'Ávila, Moacir de Melo Alves, Maria Madalena Alves, Maria Helena Leite, Milton Júlio de Carvalho Filho, Maria Verônica Gomes, Mara Inês da Silva Boeno, Maria Paulina da Cunha, Marta A. Aleixo, Maria José Fialho Ferreira, Mariza Alves, Marília Castro Oliveira, Maria Alzira de Oliveira, Mariza Vieira Rodrigues, Marlene Maria Porto, Maria Aparecida Delgado Arantes, Maria F. Pécora, Milena D. Gomes, Maria Angélica Alves do Nascimento, Maria de Fátima da Costa Veloso, Marinalva Correa de Arruda, Maria Licir Peschel, Mara Jane Jomada Ivo, Marília Gomes Corrêa de Oliveira, Maria Silvina de Santana Macedo, Maria Cléria de Souza Terra, Maria Lúcia Sanchez, Maria Odete Barros, Maria Claudete Miranda Grah, Maria das Graças Ertel, Maria Oreide Passos Meireles, Miguel Pereira Leite, Maria Guida M. Mendes, Maria Cecília L. Carvalho, Maria Meibel Veiga Ribeiro, Mário Dubik, Maria de Fátima Migoto, Maria

Cristina Gomes, Maria Bezerra da Nóbrega, Maria de Lourdes Lopes Prado, Manoel F. Bandeira, Maria do Carmo S. Barlavento, Moacir B. Meirelles, Márcia Correia de Castro, Mônica Correia de Castro, Márcia Chaves, Maria Teresa Albuquerque Mamede, Maria de Lourdes A. Pereira, Maria Helena M. Goulart, Margarida Gomes, Márcia Porto, Maria de Fátima Duarte de Souza, Mário Barcellos, Mara L. Pereira, Márcia G. Duarte, Maria Lúcia do Amaral, Maria Lúcia Kelmer, Mônica B. Sampaio, Maria Ivonete de Souza, Mariano A. Fonseca, Maria da Gaillela Soares Pereira, Mirian Silva, Maria de Fátima Ferreira Vanderley, Marcos Emanuel Milhone Brasil, Maria de Fátima Rocha de Oliveira, Marília da Costa Peres, Marcelo G. da Silva, Maria Célia Rodrigues Campos, Maria Clarette Jardim Ramos, Maria Aparecida Cerasoli, Marisa Moreira da Silva, Maria Aparecida Telxela Silva, Maria A. Vecchiarelli, Matilde O. de Luca, Maria Rosa de Jesus, Maria José R. Noronha, Maurício F. Maia, Maria Helena G. Aranha, Maria Mimosa de Queiroz, Maria Bernadete Ramos, Maria do Rosário Vieira Freitas, Merry de Mourão Mattos, Marlene Curt, Moisés T. Araújo, Maria José Murilo, Maria Isabel Natorf, Maria Lúiza Eiro Shimon, Maria Isabel Inácio Peres, Maria Lúiza de Oliveira, Maria José da Luz, Manuel C. Raposo, Margarida Izaura Barbosa, Marina Lacerda, Maria Aparecida Barroca Xavier, Maria José Costa, Maria de Fátima de Oliveira, Maria Rita Américo de Barros, Milca Emília Oliveira Suheit, Moisés de Andrade Ribeiro, Mariza V. de Castro, Marise Correia dos Santos, Manoel César de Sousa, Martha Cameiro, Maria Aparecida Degaspere, Mário Luiz Rocha, Marcelo Alberto Moysés, Marília Machado de Souza, Márcia Amélia Miranda da Silva, Marlene R. Xavier, Mário U. Barreto, Maria das Graças R. Oliveira, Maria da Penha Siqueira Campos Braga, Maria Cristina Laidene Sorrentino, Marina Pagano, Maria Enila Ribeiro da Silva, Maria Aparecida de Assis Oliveira, Maria Carmelita Secunho Manhães, Maria

Cristina Pereira da Silva, Maria de Lourdes Vieira Amâncio, Maria Nazaré Gonçalves da Silva, Milton J. Marcello, Marcos de Campos, Mauro Mendes de Oliveira, Márcia Pereira, Maria de Lourdes Sampaio de Lucena, Maria de Lourdes Araújo, Maria Regina Nascimento, Maria Josimar Saraiva do Nascimento, Marta Alves Pinheiro, Maria Luísa Xavier de Abreu, Maria das Graças Gonçalves, Marina Poncio de Castro, Maria Lúcia Blum, Maria Ilza Rodrigues dos Santos, Marilúcia Gomes Moura, Maria Alzira de Oliveira, Marcos J. Teixeira, Marília Duque de Lima Garcia, Márcia Regina Machado, Marcelo Guanaes Camaram, Maria Luiza Barcellos Heuer.

N

Nelzenir Araújo Lima, Nara Borges, Newton de Araújo Serra, Nair T. Macedo, Nilson José Afonso, Norys Melo Ribeiro, Nazira Maria da Cruz, Nadja Maria Tenório Vasconcelos, Nina Graça Cardoso, Nilza Batista Borges, Nilce S. Guarrido, Nize Ramos de Carvalho, Néilson Castro Chada, Nadir de Souza Bonifácio, Nadir Xavier, Noel Domingues Ribeiro, Nadir Xavier dos Santos, Néilson Lima, Noemia Nunes Moreira, Neide Aparecida de Lima, Niraldi de Oliveira Teiles, Neme Skury, Neusa Maria Ferreira, Neuma Ferraz Penalva, Neide Aparecida de Oliveira Kogohara, Norivaldo Rui Rocha, Nair E. Sousa, Nisia de Carvalho Lück, Néilson J. Lobo, Norma Pinto Estevão, Noêmia Santos e Silva, Norma G. Reis, Nilda Ruiz Chaves, Neici do Nascimento, Neide Estelita Pereira, Néilson de Setta, Nair de Oliveira, Nilce Domingues, Nilza Siqueira Anderson, Nadir Andrade Santos, Norma G. de Sá, Narliza Rosana Ferreira Leite, Nanci Keiko Inque, Neide Ruvenat Pineli, Nicolau Jorge Neto, Noemi de Castro Alves, Nélio Ribeiro, Néilson T. Castro.

O

Ondina Bonete da Cruz, Onélia Tolentino, Odete R. da Silva, Olga Rodrigues de Souza,

Osmar Guidotti, Olga Tereza Pissetti Machado, Olismar Silva Gaioso, Odilon Impróta, Olivia Celeste Silva Ramos, Olivete P. Santos, Odete Mikiko Ono, Olga Helena Galina, Otmar Alberto Kurtz, Olavo Augusto Cunha Bentes, Omar Partenio Murad, Orvadina Cougo Malaguês, Osvaldo de Souza Britte, Osman P. Bandeira, Oswaldo José Fraga, Orlando Assis Nunes Brandão, Odyl Vieira, Ozeias M. de Sá, Orielsa França Bernardo, Otacílio Ferreira da Costa, Onílio Rodrigues Júnior.

P

Paulo Mansur, Plo Veríssimo da Silva, Paulo Eduardo Amâncio, Paulina Chiarada, Pedro Waldeck Queiroz de Sá Barreto, Paulo Ramon Duarte, Pedro Roberto Sperficio, Paulo Maria Martins, Patrícia César da Fonseca, Patrícia Melo Ferreira, Paulina Aline da Silveira Costa, Paulo Lobenwein Heidenreich, Paulo Sérgio Mendes, Pascoal Raggi, Pedro Francisco de Melo, Paulo Darezzo Neto, Perminio Souza Ferreira, Patrícia Isolda de Jesus Costa, Paulo Missiaggia, Paulo Francisco de Souza, Paulo Tadeu Vieira, Paulo Eleutério Ribeiro, Patrícia Ashton, Paulo Sérgio de Oliveira Cruz, Paulo Marques da Silva, Pieta J. Voorsliup, Patrícia Elena Diaz Rojas, Periano Soares Aguiar.

R

Raul G. Miranda, Raimundo F. Castro, Roberto River Ferreira, Rivaldo Fortunato Ramos, Rene Maria T. Novaes, Ronaldo José Apolinário, Romério de Andrade Ribeiro, Ronaldo dos Santos Matos, Rubens C. Fernandes, Rosinete Maria de Souza, Reginaldo Ferreira da Anunciação, Regina Célia Almeida, Rafael D. Filho, Rita de Cássia Maracia, Rosana Leal Madruga, Renato de Souza Abboud, Renato Fontoura dos Santos, Rosana Lopes, Regina Gomes, Roberto Rocha da Silva, Rita Barboza da Silva, Raimundo Pereira dos Santos, Rosário de Fátima Ribeiro, Ro-

Pellegrino, Tereza Luiz de Souza, Tereza Cristina de Vasconcelos, Tereza Ramos de Almeida S. Virtis, Tereza Ferreira Cruz, Therezinha Carpanedo, Therezinha Terra da Cunha.

U

Ubirajara O. Sarmento, Ueridon dos Santos Silva, Ubirajara Medeiros de Assis.

V

Viviani Salles de Melo, Virgínia Mendes Gama, Vilma Rufino Braga, Vânia Fernandes Ferreira, Valdete Flausino, Vilma Rosa da Silva, Verônica Fagundes Valle, Vera Lúcia Gomes, Vivian Deitos, Virgínia Figueiredo, Vanilson Marcos Freitas da Silva, Victor Bona, Vera Lúcia Andrade Moraes, Vânia Justa Barroso, Vanildo Pedrosa dos Santos, Virgínia Gomes Fontes, Viviane Cercol, Vilma de F. Ferreira Gomide, Valdemar Vieira de Góes, Valmiro Manoel da Silva, Valdomiro Antunes dos Santos, Vagner Silva do Amaral, Virgínia Hubinger, Vítor R. Abrantes, Vanda O. Matosinhos, Vanda Ribeiro Silva, Valéria Regina de Godoi Neves, Vera Lúcia Corrêa, Virgínia Siqueira de Souza, Valéria Guedes de Oliveira.

Vera Alice Salustiano, Valmir P. Simões, Vani Sá Silva Moreira.

W

Wilson Roberto Pereira, Woodrow Wilson C. de Carvalho, Walkíria Raquel Ramos de Carvalho, Wolney Luís de Oliveira, Wladimir Paulo Ferreira de Santana, Wanda Maria de Oliveira, Wanderley Dameto, Waldener João da Silva, Wanda Hausmann, Waleska Lago dos Santos, Waldir Pereira Gualberto da Silva, Wanya Moreira, Washington A. Rios Sena, Waldir C. Barbosa, Wilmar Dias Sobrinho, Wilma Pessoa Cabral, Winsan Silveira, William Antônio Pedrotti, Walter de Campos.

Y

Yoshie Iza Kato.

Z

Zilma Santos, Zunitilda Galharda Martinez, Zilma Ferreira, Zélia Marcelino de Oliveira, Zilda U. Ramos, Zuleica Medeiros Ferreira, Zenaide de Jesus Castro, Zélia Maria Gassenferth.

VOCÊ É O SEU MÉDICO

Os livros desta coleção não pretendem substituir o médico e
sim dar um alívio mais imediato ao paciente, evitar
consultas por males insignificantes, diminuindo os gastos
sociais e deixar os serviços médicos
para os casos mais importantes.

Serve também para orientar pacientes em locais carentes.

Remédios Caseiros

Este livro é o resultado de três anos de pesquisa,
coleta, análise e seleção de informações de todas as
regiões do país. Reunimos, aqui, centenas de
receitas populares, experimentadas e com
resultados comprovados, com o intuito de
contribuir para o bem-estar de muitas pessoas,
particularmente onde e quando se tornar difícil, ou
mesmo impossível, um bom atendimento médico.



9 788500 700958

ISBN 85-00-70095-5

